



REPUBLIK INDONESIA  
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

# SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00202114872, 9 Maret 2021

## Pencipta

Nama : **Dr. Septi Gumindari, M.Ag**  
Alamat : Karya Bakti RT 005 RW 010 Kelurahan Karyamulya Kecamatan Kesambi, Cirebon, JAWA BARAT, 45132  
Kewarganegaraan : Indonesia

## Pemegang Hak Cipta

Nama : **Dr. Septi Gumindari, M.Ag**  
Alamat : Karya Bakti RT 005 RW 010 Kelurahan Karyamulya Kecamatan Kesambi, Cirebon, JAWA BARAT, 45132  
Kewarganegaraan : Indonesia

Jenis Ciptaan : **Karya Tulis (Tesis)**  
Judul Ciptaan : **Dimensi Spiritual Menurut Viktor Frankl & Imam Al-Ghazali (Sebuah Telaah Komparatif)**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali : 1 Maret 1998, di Surabaya  
di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selama 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, terhitung mulai tanggal 1 Januari tahun berikutnya.

Nomor pencatatan : 000241450

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.

Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA  
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL

Dr. Freddy Harris, S.H., LL.M., ACCS.  
NIP. 196611181994031001

## Disclaimer:

Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.

**DIMENSI SPIRITUAL  
MENURUT VIKTOR FRANKL & IMAM AL-GHAZALI  
(SEBUAH TELAAH KOMPARATIF)**

Tesis diajukan untuk memenuhi syarat-syarat mencapai  
gelar Magister Agama dalam Ilmu Agama Islam  
pada Program Pascasarjana IAIN Sunan Ampel

Oleh :  
**Septi Gumiandari**  
Nim. 151944056

**PROGRAM PASCASARJANA  
IAIN SUNAN AMPEL SURABAYA  
1998**

## KATA PENGANTAR

Mengiringi selesainya karya ilmiah ini, tiada untaian kata yang pantas penulis curahkan, kecuali bacaan syukur alhamdulillah yang sedalam-dalamnya ke haribaan-Mu, Ya Allah, yang senantiasa menolong membuka mata dan hati penulis, sehingga semua persoalan terpapar dengan jelas.

Penulis juga tidak mungkin melupakan jasa teman-teman dan staf pengajar di STAIN n merekalah, keseharian penulis bergumul saling memacu diri secara akademis. Oleh karena itu, penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang setinggi-tingginya kepada

Untuk itu, hanya untaian do'a yang dapat penulis panjatkan kepada Ilahi Rabbi, semoga rahmat dan nikmat-Nya selalu mengiringi langkah orang-orang tersebut yang telah ikut andil membantu dalam menyelesaikan penelitian ini.

Harapan penulis, semoga tesis yang masih jauh dari tahap kesempurnaan ini dapat menjadi referensi yang mendatangkan manfaat bagi yang membaca. Dan kalau ada ungkapan yang mengatakan; "Tidak ada gading yang tak retak", maka hadirnya kekurangan-kekurangan ini, diharapkan dapat memacu orang lain untuk lebih mendalaminya. Amien.

Surabaya, Agustus 1998

# ABSTRAK

Nama Penyusun : Septi Gumiandari

NIM. : 151944056

Judul Tesis : Dimensi Spiritual Menurut Viktor Frankl Dan Imam al-Ghazali  
(Sebuah Telaah Komparatif)

---

Tesis ini berkenaan dengan studi komparatif antara pemikiran Viktor E. Frankl dan al-Ghazali mengenai Dimensi spiritual manusia. Gagasan pemikiran Frankl yang terakumulasi dalam Logoterapi, memandang adanya dimensi ruhani (*spiritual*) disamping dimensi raga (*somatis*) dan kejiwaan (*psikis*) manusia. Dimensi ruhani ini merupakan sumber aspirasi manusia untuk tampil secara bermakna, yang tidak dipersamakan dengan dimensi psikis. Sesuai dengan dengan 'arti *Logos*' yang dalam bahasa Yunani berarti *meaning* dan *spirituality*, maka Logoterapi dilandasi filsafat hidup dan wawasan mengenai manusia yang mengakui adanya nilai-nilai dan kualitas insani, serta menitikberatkan pada makna hidup dan hasrat untuk hidup bermakna sebagai motif asasi manusia. Dalam pandangan ini diikut sertakan kemampuan khusus manusia, antara lain; *self detachment* dan *self transcendence* yang mencerminkan kebebasan dan rasa tanggungjawab.

Begitu pula gagasan al-Ghazali yang terakumulasi dalam bukunya *Ihya' Ulum al-Din*. Ia menunjukkan adanya dimensi raga dan jiwa (psikofisik) dan dimensi ruhani (spiritual) yang terpadu sebagai suatu kesatuan dalam diri manusia. Istilah *al-Qalb*, *al-Ruh*, *al-Nafs*, dan *al-'Aql* diapresiasi oleh al-Ghazali dengan memberikan dua makna; fisik dan metafisik. Kedua makna ini kemudian ikut mewarnai tipologinya dalam menggolong-golongkan kualitas insani dan metode-metode peningkatan kualitas diri.

Dari beberapa premise di atas, dapat ditarik benang merah bahwa antara keduanya secara eksistensial memiliki kesamaan; sama-sama memandang manusia dengan pandangan optimistik dan positif, manusia yang dilengkapi dengan sejumlah potensi yang memungkinkannya menjadi manusia ideal, bahkan menjadi *khalifah* di bumi. Namun secara substansial, keduanya memiliki perbedaan, misalnya term spiritual dalam perspektif Frankl, bukanlah ruh yang dimaksud dalam artian al-Ghazali, ruh yang suci dan sangat luhur. Begitu pula mengenai hakikat manusia, al-Ghazali melebihi pandangan Frankl. Al-Ghazali memandang manusia tidak hanya baik, namun fitrah kemanusiaan adalah suci dan beriman. Pandangan ini pada gilirannya menunjukkan perbedaan-perbedaan lain; potensialitas manusia, implikasi teurapetik dan orientasi filsafat Frankl yang antroposentris. Sedang al-Ghazali yang menganut paham theosentris, memandang potensi yang dimiliki manusia adalah kepanjangan tangan Tuhan. Untuk itu, al-Ghazali lebih mengorientasikan implikasi teurapetiknya baik bagi kesehatan mental juga pada pencapaian puncak ekstase spiritual ke atas (Tuhan).

# SISTEM TRANSITERASI ARAB LATIN

Dalam penelitian ini, pedoman transliteri Arab Latin yang dipergunakan adalah sistem yang diterapkan di IAIN Sunan Ampel Surabaya.

Tidak dilambangkan	=	ء	d	=	ض
b	=	ب	t	=	ط
t	=	ت	z	=	ظ
th	=	ث	'	=	ع
j	=	ج	gh	=	غ
h	=	ح	f	=	ف
kh	=	خ	q	=	ق
d	=	د	k	=	ك
dh	=	ذ	l	=	ل
r	=	ر	m	=	م
z	=	ز	n	=	ن
s	=	س	w	=	و
sh	=	ش	y	=	ي
s	=	ص			

## Untuk Vokal Dan Diftong

aw	=	أ و	a	=	a panjang
ay	=	أ ي	I	=	i panjang
uww	=	أ و	u	=	u panjang
iiy	=	إ ي			

# DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR

ABSTRAK

SISTEM TRANSLITERI ARAB-LATIN

DAFTAR ISI

<b>BAB I</b>	<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
	a. Latar Belakang Masalah .....	1
	b. Perumusan Masalah .....	6
	c. Tujuan dan Signifikansi Penelitian .....	7
	d. Metodologi Penelitian .....	7
	e. Sistematika Pembahasan .....	8
<b>BAB II</b>	<b>VIKTOR FRANKL DAN PEMIKIRANNYA .....</b>	<b>12</b>
	a. Biografi Singkat Viktor E. Frankl.....	12
	b. Dimensi Spiritual Dalam Logoterapi Viktor Frankl .....	16
	c. Penerapan Logoterapi dalam Praktek Psikoteurapetik .....	26
<b>BAB III</b>	<b>IMAM AL-GHAZALI DAN PEMIKIRANNYA.....</b>	<b>42</b>
	a. Biografi Imam al-Ghazali .....	42
	b. Dimensi Spiritual dalam Ihya' 'Ulum al-Din Imam al-Ghazali.....	48
	c. Tasawwuf Imam al-Ghazali dan Kesehatan Mental .....	63
<b>BAB IV</b>	<b>DIMENSI SPIRITUAL MENURUT FRANKL IMAM AL-GHAZALI; SEBUAH KOMPARATIF .....</b>	<b>71</b>
	a. Beberapa persamaan antara Frankl dan Imam al-Ghazali tentang dimensi spiritual manusia .....	72
	b. Beberapa perbedaan antara Frankl dan Imam al-Ghazali tentang dimensi spiritual manusia .....	83
<b>BAB V</b>	<b>TASAWWUF; WACANA SPIRITUAL MASA DEPAN .....</b>	<b>90</b>
	a. Urgensi Tasawwuf di Tengah Krisis Modern .....	90
	b. Implementasi Nilai-nilai Tasawwuf sebagai Paradigma Psikologi Islami .....	96
<b>BAB VI</b>	<b>P E N U T U P .....</b>	<b>117</b>
	a. Kesimpulan .....	117
	b. Saran dan Diskusi .....	123



## UNGKAPAN-UNGKAPAN BERMAKNA

*"Man is by no means simply a rational animal. A Perfectly reasonable religion and perfectly rational man would conform to the ideal type of the secular city.... Man is not only a secular-critical being, but also a mythical, non-rational being... In the eighteenth century the gambits of "reasonable religion" and "reason alone" were tried and failed... The Survival of Sufism in the face of scripturalist attack indicates that scripturalism has not met all religious needs, however successful it is as an ideology. It is difficult to imagine that an intransigent literalism can cope with the profound problems raised by modern experienced in the minds of men, even those best educated in the Islamic tradition."*

(Robert N. Bellah)

*"To explain one word of a wise man,  
Science sometimes needs one thousand years for it."*

(Aristoteles)

## BAB I

# P E N D A H U L U A N

### A. Latar Belakang Masalah

Modernisasi, sebagai bagian dari sejarah manusia yang penuh kontroversi, sudah selayaknya diangkat menjadi bagian penting dalam diskursus kemanusiaan. Tidak dapat dipungkiri, modernisasi di samping menjadi frame yang memberikan harapan baru bagi masa depan sejarah umat manusia, namun di sisi lain, setelah berjalan cukup lama, modernisasi pun mengundang berbagai kritik karena ternyata tidak mampu memberikan suatu pandangan keduniawian yang lengkap, dan mampu membingkai kesemestaan hidup manusia.

Karena itu, menarik untuk melansir dua julukan yang diungkapkan Erich Fromm dalam memaknai kehadiran abad modern ini. Ia memprediksikan abad tersebut sebagai Abad Sains dan teknologi (*The Age of Science and Technology*) dan Abad Kecemasan (*The Age of Anxiety*) yang tampaknya akan terus berlanjut pada abad-abad yang akan datang.<sup>1</sup> Lontaran pernyataan tersebut sekarang ini membuktikan wajah kebenarannya. Modernisasi dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologinya, yang pada hakikatnya, diorientasikan untuk menciptakan peradaban modern yang menjanjikan berbagai kemajuan dan kemudahan, pada tataran aplikasinya ia pun menghadirkan wajah kemanusiaan yang ditimbulkannya, yaitu kegersangan spiritualitas.

Wajah antagonistik yang dihadirkan oleh proses modernisasi itu, pada dasarnya, diakibatkan oleh karena semenjak awal modernisasi tidak ditopang oleh suatu kerangka pandang yang utuh, yang akan memberikan penjelasan secara utuh pula tentang corak masyarakat masa depan yang diidamkan.<sup>2</sup> Modernisasi yang dikembangkan atas premise-premise pemikiran rasionalisme, empirisme dan positivisme telah dengan sengaja melupakan dimensi yang paling mendasar, yang menopang kemajuan manusia di masa

---

<sup>1</sup> Erich Fromm, *Revolusi Harapan*, terj. Kamdani (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1996), 3.

<sup>2</sup> Samsul Arifin, Agus Purwadi, Khairul Habil, *Spiritualitas Islam Dan Peradaban Masa Depan* (Yogyakarta: Sippres, 1996), 36.



depan, yaitu dimensi yang bersendikan spiritualisme dan agama. Dengan demikian, paradoks yang muncul dalam masyarakat modern, pada dasarnya, berawal dari paradoks yang terdapat dalam masyarakat modern itu sendiri.

Beberapa akibat tersebut misalnya, manusia modern semakin tidak mengenal dan terasing dengan dirinya dan alam sekitarnya setelah mengalami kegelisahan dan kegersangan psikologis atau batin yang disebabkan kehidupan spiritual tercerabut dari akar modernisasi, dan akibat yang paling parah adalah krisis tentang makna dan tujuan hidup.

Persoalan fundamental ini, tentu saja tidaklah dapat dipecahkan bila hanya mengandalkan kekuatan rasionalitas manusia yang amat terbatas cakupan epistemologinya dalam menangkap kesemestaan alam. Lagi pula, rasionalitas manusia bersifat relatif. Tentang makna hidup misalnya. Hidup tidak hanya dapat diberi makna dalam konteks ruang dan waktu yang linear dan amat terbatas seperti dalam pemikiran rasionalisme. Rasionalitas manusia tidak akan mampu mengungkap dimensi-dimensi yang teramat fundamental dari hidup ini, karena kehidupan tidak hanya sebagai persoalan keduniawian, tapi ia juga metafisik.

Karena itu, keluar dari hegemoni paradigma rasionalisme menjadi pilihan manusia modern. Ini tidak berarti anti sama sekali terhadap pemikiran rasional. Tapi manusia modern mencoba mencari keseimbangan hidup yang tidak lagi diombang-ambingkan oleh tarikan dunia materialisme, yaitu dengan cara kembali kepada nilai-nilai spiritualisme. Kecenderungan semacam inilah yang oleh Nurcholis Majid disebut dengan gejala Revolusi Spiritual.<sup>3</sup>

Kebutuhan dan pencarian terhadap kehidupan spiritual yang bermakna telah banyak diupayakan. Ideologi-ideologi dan konsep-konsep baru mulai berdatangan guna menemukan makna dan tujuan hidup manusia. Masyarakat modern kemudian cenderung mulai mencari orientasi dan filsafat baru yakni filsafat yang mengutamakan kehidupan, secara fisik dan spiritual, bukan kepada benda mati. Dari sini pulalah hadir Psikologi Humanistik yang mengeksplorasi kemungkinan-kemungkinan dari kapasitas dan potensi

---

<sup>3</sup> Lihat tema-tema sentral tulisan Nurcholis Majid, dalam *"Islam Doktrin Dan Peradaban: Sebuah Telaah Kritis tentang masalah keimanan"* (Jakarta: Paramadina, 1992). Lihat pula tulisannya dalam *Islam Kemodernan dan keindonesiaan* (Bandung: Mizan, 1988).

manusia dengan menekankan bahwa manusia adalah makhluk yang mempunyai kebebasan melebihi determinasi-determinasi yang ada seperti yang ditunjukkan oleh dua aliran pendahulunya; aliran Perilaku dan Psikoanalisis.

Diantara tokoh aliran ini, adalah Viktor E. Frankl yang banyak menggagas pemikirannya pada fenomena makna hidup, kehendak untuk hidup bermakna, dan bagaimana mengembangkan hidup bermakna.<sup>4</sup> Ia adalah seorang neuro-psikiater dari kota Wina, Austria, dan *survivor* (orang yang pernah berhasil lolos dan bertahan hidup) dari empat kamp konsentrasi maut Nazi.

Bagi Frankl, pencarian makna hidup bagi manusia adalah suatu kekuatan primer dalam hidup, bukan kebutuhan sekunder dari dorongan-dorongan insting. Untuk itu, landasan Logoterapi, yang dihadirkan Frankl dalam pentas peradaban manusia itu, bermuatan filsafat hidup dan wawasan mengenai manusia yang mengakui adanya dimensi spiritual disamping dimensi somatis dan psikis. Hal ini sesuai dengan etimologi term Logoterapi yang berasal dari bahasa Yunani. Logos berarti pula '*meaning*' (makna) dan juga '*spirituality*' (ruhani).<sup>5</sup> *Meaning* adalah makna dan tujuan hidup yang harus dicapai manusia untuk menjalani kehidupannya, sedangkan *spirituality* adalah kualitas-kualitas dan aspirasi yang dimiliki manusia untuk tampil secara bermakna.

Dari sini dapat dipahami, bahwa tema-tema yang dikaji Frankl adalah tema-tema khas, sebagaimana yang dikaji Psikologi Humanistik umumnya, seperti kreatifitas, cinta, pertumbuhan, kesadaran diri, kebutuhan dasar manusiawi, nilai-nilai yang lebih tinggi yang membimbing manusia dalam menjalani hidup, keberadaan dan kemungkinannya menjadi *being and becoming*, tanggung jawab, kemampuan memilih, hati nurani, makna hidup, pengalaman transendental yang kurang atau bahkan sedikit sekali digarap oleh kedua aliran terdahulu, yaitu Psikologi Perilaku dan Psikoanalisis.

---

<sup>4</sup>Viktor Frankl, *The Will To Meaning, Foundation and Applications Of Logotherapy* (America: New American Library, 1970), 15.

<sup>5</sup>*Ibid.*, Lihat pula tulisannya dalam *Man's Search For Meaning; An Introduction To Logotherapy* (London: Eight Impression, Hodder and Stoughton, Ltd, 1977), 153.

Lebih jauh lagi, Logoterapi yang dihadirkan Frankl ini ternyata tidak hanya mampu mengangkat kapasitas dan potensi manusia, namun iapun mampu menunjukkan kaitan antara nilai-nilai spiritual dan terapi, juga mampu menunjukkan pentingnya “persesuaian” antara nilai-nilai yang diyakini oleh klien dan terapis, dan sejumlah implikasi yang harus dihadapi dalam sebuah terapi.

Esensi ‘*spirituality*’ yang dimaksud oleh Frankl, mekipun dinyatakan tidak berkonotasi agamis, menurut penulis, tersirat memiliki kesamaan dengan wilayah pembahasan Tasawwuf yang perhatian utamanya terfokus pada aspek keruhanian (*spiritual*) dan kejiwaan (*psikologis*) manusia. Sekalipun Frankl dengan tegas menjelaskan bahwa dimensi spiritual yang ada dalam ajaran Logoterapi adalah sekuler, namun ia pada gilirannya telah menghadirkan dimensi lain “di atas alam sadar” sebagai sumber kualitas insani.<sup>6</sup>

Terminologi kata dimensi lain “di atas alam sadar” mengandung arti yang berbeda dengan alam tak sadar dalam artian konvensional-psikoanalisis Freud. Ia tidak ada hubungannya sama sekali dengan insting-insting primer yang juga tersimpan dalam alam tak sadar. Dimensi spiritual ini memiliki tempat tersendiri yaitu di atas sadar dalam artian *Supraconscious*.<sup>7</sup>

Mengamati muatan-muatan materi yang diungkapkan oleh Logoterapi ini, penulis bermaksud mengetahui lebih lanjut keberadaan dimensi spiritual menurut Frankl, yang kemudian dicoba dibandingkan dengan pemikiran Imam al-Ghazali sebagai tokoh spiritual Islam yang banyak membahas dimensi spiritual manusia lewat pemaknaannya atas al-Qalb, al-’Aql, al-Ruh dan al-Nafs. Persamaan dan perbedaan pemikiran keduanya dalam memaknai dimensi spiritual manusia diharapkan dapat memperkaya khazanah intelektual Islam.

---

<sup>6</sup> Frankl, *The Will To Meaning...Ibid.*, 18.

<sup>7</sup> Bahasa yang digunakan H.D. Bastaman untuk mengartikulasikan pernyataan Frankl tentang eksistensi spiritual manusia yang melebihi term *conscious* Freud. Lihat tulisan Bastaman, *Dari Antroposentris Ke Paradigma Psikologi Islami* (Yogyakarta; Sipress, 1994), 77-78.

## **B. Perumusan Masalah**

Dari latar belakang seperti yang dipaparkan di atas, penulis memberikan batasan-batasan rumusan masalah yang akan diajukan dalam penelitian ini, yakni:

1. Bagaimana dimensi spiritual dalam pemikiran Logoterapi Viktor E. Frankl?
2. Bagaimana dimensi spiritual dalam *ihya' Ulum al-Din* Imam al-Ghazali?
3. Bagaimana komparasi pemikiran antara Viktor E. Frankl dan Imam al-Ghazali mengenai dimensi spiritual manusia ?
4. Bagaimanakah implikasi teoritik dari kedua pandangan tersebut?

## **C. Tujuan Dan Relevansi Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengkomparasikan pemikiran antara Frankl dan Imam al-Ghazali mengenai dimensi spiritualitas manusia. Tujuan ini dicapai dengan terlebih dahulu mengupayakan sebuah gambaran yang utuh pemikiran Viktor Frankl mengenai landasan filosofis Logoterapi dan eksistensinya dalam konstalasi Psikologi Kontemporer, kemudian pemikiran Tasawwuf Imam al-Ghazali tentang spiritualitas Islam, sebagai bahan komparatif. Setelah itu, penulis mencoba untuk menarik implikasi dari hasil komparasi ini pada diskursus Tasawuf sebagai spiritual masa depan manusia.

Mengkaji dimensi spiritual manusia menurut Frankl dan Imam al-Ghazali adalah upaya yang sangat signifikan dalam kaitan melengkapi perbendaharaan ilmiah tentang Psikologi Islami, dimana kesimpulan dari kajian ini diharapkan dapat memberikan warna khas terhadap dinamika perkembangan kepribadian manusia dalam mengantisipasi problematika kehidupan.

## **D. Metodologi Penelitian**

Penelitian ini adalah *library research* (penelitian kepustakaan), yakni penelitian yang menggunakan data kualitatif, yakni suatu prosedur penelitian yang ditujukan pada ucapan-ucapan dan tulisan-tulisan yang dapat ditelusuri dari data sejarah, dokumen, jurnal, media massa dan keterangan dari tokoh-tokoh yang berkompeten, serta buku-buku, artikel-artikel dan pendapat yang dikemukakan secara lisan.

Semaksimal mungkin data diupayakan diperoleh dari sumber primer, akan tetapi tidak menutup kemungkinan pengambilan data dari sumber sekunder. Data primer adalah sumber-sumber asli yang merupakan karya tulis dari tokoh-tokoh yang berkompeten dengan tema penelitian. Sedangkan sumber sekunder berupa data pendukung dari tangan kedua yang dapat berupa tafsiran, sanggahan, komentar dan pengutipan terhadap sumber primer yang ada hubungannya dengan tema penelitian ini. Setelah itu baru dianalisa dan diambil kesimpulan untuk menjaga validitas dan reabilitas penelitian, seluruh data dikonfirmasi dengan sumbernya melalui teknik *cross chek* (uji ulang).

#### **D. Sistematika Pembahasan**

Sistematika pembahasan yang akan disajikan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

##### **Bab I Pendahuluan**

Dalam bab ini penulis mengetengahkan beberapa sub bahasan yang sifatnya mendasar bagi kelanjutan pembahasan-pembahasan setelahnya. Dengan beberapa sub bahasan ini, sebagaimana telah dideskripsikan, diharapkan dapat berguna untuk memahami kerangka pemikiran yang akan dituangkan oleh penulis, sesuai dengan tema tesis ini. Adapun sub-sub bahasan tersebut adalah: (a) Latar Belakang Masalah, (b) Perumusan Masalah, (c) Tujuan dan Signifikansi Penelitian, (d) Metodologi Penelitian dan (e) Sistematika Pembahasan

##### **Bab II Viktor E. Frankl dan Pemikirannya**

Bab ini terbagi menjadi tiga sub bahasan, yaitu: (a) Biografi singkat Viktor E. Frankl, (b) Dimensi Spiritual dalam Logoterapi Frankl, dan (c) Penerapan Logoterapi dalam praktek psikoteurapetik. Dalam sub bahasan pertama akan dipaparkan tentang biografi singkat Frankl dari mulai tahun-tahun formatif kehidupannya, kondisi sosio-kultur tempat ia hidup dan mengembangkan pengetahuannya, dan lain sebagainya yang mempunyai relevansi dengan diskursus Psikologi. Sub bahasan kedua akan diawali dengan membicarakan gambaran umum tentang Logoterapi. Pembicaraan ini didahulukan agar

didapati gambaran yang lebih utuh tentang dimensi spiritual manusia. Karena disamping Logoterapi sebagai magnum opus pemikiran Frankl, ia memiliki keterkaitan yang erat dengan dimensi spiritual manusia. kemudian, akan dibahas tentang landasan filosofis dari Logoterapi, Neurosis Noogenik sebagai implikasi dari tersumbatnya spiritualitas manusia, dan dimensi spiritual dalam Logoterapi Frankl yang merupakan tema sentral telaah karya ilmiah ini. Pembicaraan Logoterapi ini dilanjutkan pada sub bahasan berikutnya, yaitu implikasi Logoterapi Frankl bagi kesehatan spiritual manusia. Sub bahasan ketiga ini akan mengangkat aplikasi, teknik dan metode terapeutik Frankl dalam menyembuhkan penyakit psikofisik pasien.

### Bab III Imam Al-Ghazali Dan Pemikirannya

Bab ketiga ini mengandung tiga sub bahasan yaitu: (a) Biografi Imam al-Ghazali, (b) Dimensi Spiritual manusia dalam Ihya' Ulum al-Din Imam al-Ghazali, (c) Tasawwuf Imam al-Ghazali dan kesehatan mental. Dalam sub bahasan pertama, akan diungkapkan tentang biografi Imam al-Ghazali, dari awal pendidikan formalnya sampai pada perjalanan spiritual yang dilaluinya dalam mencari makna hidup. Sub bahasan kedua mengeksplorasi gambaran umum Ihya' 'Ulum al-Din sebagai karya Imam al-Ghazali yang banyak membahas tentang spiritualitas manusia, pembagian struktur eksistensial manusia, beberapa derivasi dari jiwa, dan kemudian pengembangan kepribadian manusia. Pembahasan selanjutnya adalah implikasi pandangan yang ditawarkan Imam al-Ghazali tentang kesehatan mental spiritual manusia modern.

### Bab IV Dimensi Spiritual Menurut Frankl Dan Imam al-Ghazali; Sebuah Komparasi.

Pada bab keempat ini penulis akan memaparkan dua sub bahasan utama, dengan judul (a) Beberapa persamaan antara Frankl dan Imam al-Ghazali tentang dimensi spiritual manusia, dan (b) beberapa perbedaan antara Frankl dan Imam al-Ghazali tentang dimensi spiritual manusia. Sub bahasan ini dinilai sangat urgen karena ia

adalah tema sentral yang akan ditelaah secara komparatif dari kedua pemikiran tokoh tersebut.

#### Bab V Tasawwuf; Wacana Spiritual Masa Depan

Sub bab kelima ini adalah implikasi dari hasil telaah komparatif antara pemikiran Frankl dan Imam al-Ghazali. Ia mencakup (a) Urgensi Tasawwuf di tengah krisis modern, dan (b) Implementasi nilai-nilai Tasawwuf sebagai Paradigma Psikologi Islami.

#### Bab VI Penutup

Pada bab terakhir ini penulis akan mencoba menguraikan kembali seluruh isi pembahasan dalam bentuk kesimpulan yang secara komperhensif mencerminkan isi keseluruhan pembahasan. Disamping itu, penulis juga akan memberikan beberapa saran dan diskusi yang dapat digali dari hasil telaah komparatif antara Logoterapi dengan Tasawwuf mengenai dimensi spiritual manusia.



## BAB II

# VIKTOR FRANKL DAN PEMIKIRANNYA

### A. Biografi Singkat Viktor E. Frankl

Kajian psikologi akhir-akhir ini menunjukkan suatu perkembangan yang sangat kondusif berkenaan dengan dialog spiritualitas. Lebih khusus lagi berkaitan dengan aspek "makna hidup". Tulisan ini bermaksud memperkenalkan aliran psikologi yang dipelopori Viktor E. Frankl, seorang tokoh besar dalam kajian psikologi, terutama psikologi eksistensial-humanistik, yang sumbangan pemikirannya semakin kontekstual dewasa ini. Frankl dikenal menaruh perhatian besar pada "kebermaknaan hidup".

Nama lengkapnya adalah Viktor Emille Frankl. Ia dilahirkan di Wina Austria, pada tanggal 26 Maret 1905 dari keluarga Yahudi yang sangat kuat memegang tradisi, nilai-nilai dan kepercayaan Yudaisme. Hal ini berpengaruh kuat atas diri Frankl yang ditunjukkan oleh minatnya yang besar pada persoalan spiritual, khususnya persoalan mengenai makna hidup. Di tengah suasana yang religius itulah Frankl menjalani sebagian besar hidupnya.<sup>8</sup>

Ia adalah seorang neuro-psikiater yang berhasil selamat keluar dari kamp konsentrasi maut Nazi pada Perang Dunia II melalui usahanya untuk tetap mempertahankan dan mengembangkan hidup bermakna (*the will to meaning*). Ternyata harapan untuk hidup bermakna dapat dikembangkan dalam berbagai kondisi, baik dalam keadaan normal, maupun dalam penderitaan (*suffering*), misalnya dalam kondisi sakit (*pain*), salah (*guilt*), dan bahkan menjelang kematian sekalipun.<sup>9</sup> Karena selama dalam kamp konsentrasi maut nazi tersebut, waktu demi waktu dijalannya dengan penuh keringat. Ia harus menggali parit-parit dan saluran-saluran, atau memasang rel-rel kereta api, kerap kali dalam cuaca yang sangat dingin dengan hanya memakai pakaian yang sangat tipis untuk menutupi badannya. Kengerian-kengerian yang dialaminya dan pelajaran-pelajaran yang dipelajarinya dari kesadaran telah diungkapkan dengan sangat terharu : "*nothing to lose except his so ridiculously*

---

<sup>8</sup>Viktor E. Frankl, *Psychotherapy and Existentialism*, (America: New American Library, 1973), 25.

<sup>9</sup>Viktor E. Frankl, *Psychotherapy and Existentialism...Ibid.*, 26.

*naked life.*" (Dia tidak kehilangan sesuatupun kecuali kehidupannya yang telanjang, yang begitu mengerikan).<sup>10</sup>

Kehidupannya selama tiga tahun di kamp konsentrasi adalah kehidupan yang mengerikan secara kejam. Setiap hari, ia menyaksikan tindakan-tindakan kejam, penyiksaan, penembakan, pembunuhan masal di kamar gas atau eksekusi dengan aliran listrik. Pada saat yang sama, ia juga melihat peristiwa-peristiwa yang sangat mengharukan; berkorban untuk rekan, kesabaran yang luar biasa, dan daya hidup yang perkasa. Di samping para tahanan yang berputus asa yang mengeluh, "mengapa semua ini terjadi pada kita? "mengapa aku harus menanggung derita ini?." Ada juga para tahanan yang berpikir, "apa yang harus kulakukan dalam keadaan seperti ini?." Yang pertama umumnya berakhir dengan kematian, dan yang kedua banyak yang lolos dari lubang jarum kematian.

Namun demikian, kemampuannya untuk terus mempertahankan dan mengembangkan hasrat hidup bermakna (*the will to meaning*) --hasrat yang dapat dikembangkan dalam setiap keadaan; baik keadaan normal, maupun dalam penderitaan seperti misalnya dalam keadaan sakit, salah, dan bahkan menjelang kematian sekalipun-- telah membuatnya bertahan hidup hingga Perang Dunia II berakhir. Frankl tergolong salah seorang diantara sedikit -- bahkan sangat sedikit-- orang yang tetap bertahan hidup dan menanti giliran kematiannya.

Dalam perspektifnya, manusia pasti mampu mempertahankan, meskipun dalam kondisi yang sangat menakutkan, kebebasan spiritualnya. Manusia dapat kehilangan segala sesuatu yang dihargainya, kecuali kebebasan manusia yang sangat fundamental; kebebasan untuk memilih suatu sikap atau cara bereaksi terhadap nasib mereka, kebebasan untuk memilih cara mereka sendiri.<sup>11</sup> Dengan kata lain dapat dikatakan, bahwa dalam diri manusia, ada kebebasan yang tidak bisa dihancurkan bahkan oleh pagar kawat berduri sekalipun. Itu adalah kebebasan untuk memilih makna. Sambil mengambil pemikiran Freud tentang efek berbahaya dari represi dan analisis mimpinya, Frankl menentang Freud ketika dia menganggap dimensi spiritual manusia sebagai sublimasi insting hewani. Dengan landasan fenomenologi, Frankl

---

<sup>10</sup>Ibid., xii

<sup>11</sup> Ibid., 106.

membantah dan menjelaskan bahwa perilaku manusia tidak hanya diakibatkan oleh proses psikis saja. Menurutnya, pemberian makna berada di luar semua proses psikologis.

Seusai perang Dunia kedua, Frankl kembali dari kam-kam Nazi tersebut dengan pengetahuan yang lahir dari pengalaman, yang merupakan sumber langsung, berupa prinsip bahwa manusia dalam beberapa atau semua situasi tetap memiliki pilihan atas tindakan-tindakannya. Dia merangkum pengalaman-pengalamannya yang penuh dengan penderitaan itu ke dalam bukunya yang termashur *From Deathcamp to Existentialism*, sebuah buku *bestseller* yang mendapat kata pengantar dan pujian tinggi dari G.W. Allport serta telah diterjemahkan ke dalam 13 bahasa. Buku tersebut merupakan titik awal bagi mencuatnya Logoterapi dalam pentas pemikiran di Amerika Serikat dan negara-negara lainnya.<sup>12</sup>

Pengalamannya selama berada dalam empat kam-konsentrasi maut Nazi pada Perang Dunia II (Auschwitz, Maidanek, Dachau, dan Treblinka), telah melahirkan produk pemikiran yang sangat berarti bagi perkembangan Psikologi Modern. Ia mempelopori suatu model psikoterapi yang disebut "Logoterapi". Logoterapi sering dimasukkan pada Existential Psychiatry dan Humanistic Psychology, karena dianggap sebagai aliran psikologi yang telah mapan, bahkan dikatakan sebagai madzhab ketiga psikoterapi setelah Psikoanalisa Sigmund Freud, Psikologi Individual Alfred Adler, yang tumbuh dan berkembang di kota Wina juga.

Dan pada tahun-tahun berikutnya, Frankl dengan giat dan tekun mengembangkan dan menyebarkan pandangannya tentang kodrat manusia melalui artikel-artikel, ceramah-ceramah, dan 17 buku lainnya, banyak diantaranya sudah diterjemahkan dalam beberapa bahasa. Dia sudah melakukan lebih dari 30 kunjungan ke Amerika Serikat dan mengajar di Universitas Harvard dan Universitas Southern Methodist. Pada tahun 1970-1973, dia telah diangkat menjadi profesor pada U.S. International University di

---

<sup>12</sup> H.D. Bastaman, "Dimensi Spiritual Teori Psikologi Kontemporer, Logoterapi Viktor Frankl" dalam *Ulum al-Qur'an*, 4, Vol V (Desember, 1994), 15.

San Diego dan menggunakan sebagian dari waktunya untuk menikmati masa tuanya, hingga akhirnya ia meninggal dunia pada tahun 1997.<sup>13</sup>

## **B. Dimensi Spiritual Dalam Logoterapi Viktor E. Frankl**

Pembahasan tentang dimensi spiritual manusia dalam perspektif Frankl sangat terkait erat dengan magnum opus pemikirannya yang terakumulasi dalam Logoterapi. Karenanya, dalam membahas dimensi spiritual manusia ini akan lebih elaboratif dipaparkan secara beriringan dengan konsep Logoterapi, sehingga dapat memberikan potret yang utuh dalam memahami pemikiran Frankl tentang dimensi spiritual manusia.

Tidak dipungkiri, bahwa setiap sistem dan metode psikoterapi pada dasarnya berlandaskan pada filsafat manusia yang khas. Sebagai contoh psikoanalisa dan behaviorisme, mazhab psikologi yang paling berpengaruh di Amerika sampai sekarang sangat kental dipengaruhi oleh filsafat yang positivistik tentang manusia. Psikoanalisa dan Behaviorisme melihat perilaku manusia digerakkan oleh situasi yang deterministik. Setiap model psikoterapi yang berusaha mengembalikan kebebasan manusia sebagai sesuatu yang kodrati, pastilah akan bersinggungan dengan dua mazhab besar diatas. Begitu juga Logoterapi. Frankl berusaha mengembalikan kebebasan sebagai sesuatu yang berharga bagi manusia. Filsafat manusia yang mendasari Logoterapi adalah semangat untuk hidup autentik guna mencapai kebebasan lewat upaya untuk hidup bermakna.

Filsafat Logoterapi lahir dari kondisi yang suram dan tiada penghargaan terhadap nilai-nilai kemanusiaan. Suasana Perang Dunia II benar-benar telah mencampakkan harga diri kemanusiaan sampai ke dasar terendahnya. Manusia tidak lagi dihargai sebagai entitas yang dapat mengambil keputusannya sendiri. Institusi negara dan ideologi-ideologi totaliter telah merontokkan martabat manusia. Kita bisa melihat karya para filsuf eksistensial yang sezaman dengan Frankl, seperti Albert Camus dan Jean Paul Sartre yang frustasi akan masa depan umat manusia. Mereka melihat kehidupan ini sebagai sesuatu yang ambigu dan dipenuhi dengan absurditas. Tetapi Frankl tidak ingin terjebak dalam absurditas dunia. Dia

---

<sup>13</sup>Duane Schultz, *Psikologi Pertumbuhan: Model-model Kepribadian Sehat*, (Yogyakarta: Kanisius, 1993), 149.

berusaha melampauinya melalui filsafat hidup Logoterapi. Filsafat Logoterapi mensiratkan sebuah harapan besar tentang masa depan kehidupan manusia yang lebih berharga dan bermakna.

Logoterapi berasal dari kata logos yang telah diadopsi dari bahasa Yunani dan berarti "makna" (*meaning*) dan juga "ruhani" (*spirituality*). Logoterapi ditopang oleh filsafat hidup dan insight mengenai manusia yang mengakui adanya dimensi spiritual, selain dimensi somatis, dimensi psikologis dan dimensi sosial pada eksistensi manusia, serta menekankan pada makna hidup dan kehendak untuk hidup bermakna sebagai potensi manusia.

"*Meaning*" berarti pula makna atau tujuan yang harus dicapai manusia untuk menjalani kehidupannya. Dalam Logoterapi, "*Meaning*" pada manusia selain bersifat unik, spesifik, personal dan temporal, iapun bersifat universal. Dengan kata lain, "*Meaning*" disini adalah sesuatu yang sangat urgen dalam keberhidupan manusia. Hal ini dikarenakan, ia memberikan nilai khusus bagi manusia dan disamping itu, ia tidak dapat diberikan oleh siapapun, melainkan harus dicari dan ditemukan sendiri.<sup>14</sup> Oleh karena demikian besarnya arti "*meaning*" atau makna hidup tersebut di atas, sehingga dapat dikatakan orang tersebut akan siap sedia melakukan apapun, bahkan mati sekalipun, demi untuk makna itu.<sup>15</sup> Demikian besarnya titik tekan Logoterapi pada penemuan makna hidup seseorang, sehingga diharapkan, dengan Logoterapi ini, orang tersebut tetap dapat menjalani hidupnya secara bermakna, walaupun dalam penderitaan yang amat berat sekalipun. Seperti kata-kata Nietzsche: "*He who has a why to live for can bear almost anyhow.*"<sup>16</sup>

Adapun pengertian *Spiritual* dalam Logoterapi, oleh Frankl, tidaklah dimaksudkan dengan pengertian ruhani dalam diskursus agama atau dengan segala sesuatu yang berhubungan dengan dunia ghaib (*supranatural*). Istilah spiritual yang dimaksud Frankl adalah spiritual yang lebih berhubungan dengan aspirasi manusia untuk tampil secara bermakna. Istilah ini akan lebih jelas bila ditelaah dari beberapa kutipan berikut: "*In addition to meaning, 'Logos' here means 'spirit', but again without any primarily religious connotation. Here 'logos' means the humanness of human being- plus the meaning of being human.*" Lebih lanjut ia mengungkapkan : "*In fact Logos in Greek means not only meaning*

---

<sup>14</sup>Frankl, *Man Search for Meaning...Ibid.*, 154.

<sup>15</sup> *Ibid.*, 155.

<sup>16</sup> *Ibid.*, 164.

*but also spirit, Spiritual issues such as man's aspiration for a meaningful existence as well as the frustration of this aspiration, are both dealt with by Logotherapy in spiritual terms.*<sup>17</sup>

Dari sini jelas, bahwa istilah spiritual ini lebih terfokus pada kualitas-kualitas insani dan tidak sama sekali bertendensi agamis. Dimensi spiritual ini, lebih lanjut, digolongkan dalam suatu dimensi tersendiri dari eksistensi manusia. sehingga struktur eksistensi manusia dalam perspektif Logoterapi merupakan kesatuan yang terdiri dari dimensi somatis, psikologis dan dimensi spiritual. Dari ketiga dimensi tersebut, dimensi spiritual merupakan dimensi pembeda antara manusia dengan makhluk-makhluk lainnya.<sup>18</sup> Berbeda dengan hewan yang hanya memiliki unsur fisik dan instink semata, manusia dalam pandangan Logoterapi merupakan makhluk yang diberikan kelebihan spiritual untuk dapat mengatasi kebutuhan-kebutuhan hidupnya di dunia.

Meskipun dimensi spiritual yang dikemukakan oleh Frankl ini sama sekali bukan ruh dalam artian agama, dan sama sekali tidak mengandung konotasi agamis, tetapi ia hanyalah semata-mata inti kemanusiaan dan merupakan sumber makna hidup dan potensi dari berbagai kemampuan dan sifat luhur manusia yang luar biasa.<sup>19</sup> Namun, Dimensi ini oleh Frankl diletakkannya "mengatasi" dimensi somatis-psikis.

Dimensi tersebut di atas oleh Frankl dinamakan dimensi *noetic* atau dimensi *spiritual* yang harus dibedakan dari dimensi psikis.<sup>20</sup> Dimensi ini, dalam perspektif Frankl, sekalipun semula "terletak" di alam tak sadar, tetapi tidak sama dan tidak ada hubungannya dengan insting-insting primer yang juga "tersimpan" dalam alam tak sadar, namun secara topografis dimensi *noetik/spiritual* bukan terletak dalam alam tak sadar dalam artian konvensional psikoanalisis, melainkan berada di atas alam sadar dalam artian *supraconscious*, yang merupakan kelanjutan dari alam sadar (*the consciousness*), menurut istilah psikoanalisis.<sup>21</sup> Ia mengejawantah ke alam sadar dan benar-benar dapat

---

<sup>17</sup> Frankl, *The Will To Meaning*, 18.

<sup>18</sup> Ibid., *The Doctor And The Soul* (Penguin Books, Hazell Watson & Viney Ltd. Great Britain, 1973), 18.

<sup>19</sup> Ibid., *The Will To Meaning...Ibid.*, 18.

<sup>20</sup> Ibid., *Man's Search For Meaning...Ibid.*, 159.

<sup>21</sup> Bastaman, "Dari Antropo-sentris ke Antropo-Religious-Sentris, 82-83.

dialami dan disadari manusia, meskipun bagi sebagian besar masih belum teraktualisasi atau masih merupakan potensialitas yang tidak disadari.

Untuk itu, dapat ditarik benang merah disini, bahwa sekalipun Frankl telah mengemukakan bahwa dimensi spiritual yang ia maksudkan tidak mengandung konotasi agamis --bahkan menyatakan bahwa ajaran logoterapi adalah sekuler-- tetapi ia telah berjasa menunjukkan adanya dimensi lain “ di atas alam sadar” sebagai sumber kualitas-kualitas manusiawi dengan segala potensialitasnya.

Dengan adanya dimensi spiritual manusia ini, Frankl melalui Logoterapi bermaksud menunjukkan, bahwa manusia hendaknya dipandang sebagai kesatuan raga-jiwa dan ruhani yang tak dapat dipisahkan. Untuk itu, Logoterapi lebih memfokuskan pembahasannya pada sumber-sumber daya spiritual yang khas manusiawi, seperti hasrat untuk hidup bermakna, *self transcendence*, *self detachment*, dan lain-lain yang kesemua itu digunakan sebagai sarana untuk memulihkan dan mempertahankan kesehatan mental. Namun demikian, sumber-sumber daya ruhani ini terkadang berada dalam posisi yang terselubung, dalam arti terhambat (*frustrated*), ditekan (*repressed*), dan diingkari (*ignored*). Disinilah inti tujuan Logoterapi, menunjukkan dan mengusahakan agar daya-daya itu terungkap nyata, disadari keberadaannya dan direalisasikan.

Karenanya, landasan filosofis tentang manusia dalam Logoterapi dibangun diatas tiga asumsi dasar, dimana antara yang satu dengan yang lainnya saling menopang, yakni: (a) kebebasan bersikap dan berkehendak (*the freedom to will*); (b) kehendak untuk hidup bermakna (*the will to meaning*); dan (c) tentang makna hidup (*the meaning of life*).<sup>22</sup>

Tentang "Kebebasan berkehendak" pada dasarnya merupakan antitesa terhadap pandangan mengenai manusia yang sifatnya deterministik, sebagaimana yang mendasari Psikoanalisa dan Behaviorisme. Frankl sendiri menyebut pandangan tersebut sebagai "pan-determinisme", yakni: "....pandangan seseorang yang tidak menghargai kemampuannya dalam mengambil sikap untuk mencapai kondisi yang diinginkannya. Manusia tidak sepenuhnya dikondisikan dan ditentukan oleh lingkungannya, namun

---

<sup>22</sup>Frankl, "The Philosophical Foundations of Logoterapy", dalam *Psychotearpy an Existentialism...Ibid.*,13-28).



dirinyalah yang lebih menentukan apa yang akan dilakukan terhadap berbagai kondisi itu. Dengan kata lain manusialah yang menentukan dirinya sendiri."<sup>23</sup>

Dalam paparannya yang lebih luas, Frankl berpendapat, bahwa sebagai salah satu makhluk di dunia ini, manusia tidak bisa lepas dari keterikatannya dengan kondisi-kondisi sekitarnya, baik itu Kondisi-kondisi biologis, sosiologis maupun psikologis yang merupakan kondisi-kondisi yang ada di sekitar manusia, yang membatasi kebebasan manusia. Namun demikian, meskipun manusia berada dalam kondisi-kondisi terbatas itu, manusia tetap bebas untuk mengambil jarak terhadap kondisi-kondisi tersebut (*freedom to take a stand*); dalam arti manusia bebas dalam menentukan sikapnya terhadap kondisi-kondisi yang dihadapinya. Kondisi-kondisi tersebut tidak menentukan manusia, melainkan manusia dapat mengatasinya secara sadar atau tidak, manusia itu sendiri yang menentukan apakah ia akan menghadapi kondisi-kondisi tersebut atau menyerah dan membiarkan dirinya ditentukan oleh kondisi-kondisi yang dihadapinya itu.

Hal tersebut tidak lain karena manusia memiliki kemampuan yang unik dan khas, yaitu kemampuan manusia untuk mengatasi dirinya (*self transcendence*) dan kemampuan memisahkan diri dari dirinya sendiri (*self detachment*). Dengan adanya bekal kebebasan pada manusia untuk memilih suatu sikap, bukanlah berarti ia memperoleh suatu kebebasan yang mutlak, yang dapat menyebabkan kebebasan itu dipergunakan secara sewenang-wenang, tapi merupakan suatu kebebasan yang dibatasi oleh adanya rasa tanggung jawab. Sehingga, karakteristik eksistensi manusia dalam pandangan Frankl terdiri dari tiga hal berikut :<sup>24</sup>

- a. *Spiritualitas* yakni sesuatu dalam diri manusia itu sendiri yang tidak lagi dapat dirumuskan dengan sesuatu yang bukan spiritual, atau dengan kata lain, spiritualitas manusia tidak dapat direduksi. Tidak dapat diterangkan dengan istilah-istilah material, namun ia tidak disebabkan atau dihasilkan oleh dunia material itu. Mungkin paling baik kita dapat memikirkannya sebagai ruh atau inti kemanusiaan. Ia adalah sumber keberdayaan manusia dalam menjalankan aktifitas kehidupannya.

---

<sup>23</sup>Frankl, *Man's Search for Meaning....Ibid.*, 131.

<sup>24</sup>*Ibid.*, 18-22.

- b. *Freedom* (Kebebasan), yakni kebebasan manusia untuk mengambil sikap terhadap insting, disposisi bawaan dan kondisi lingkungannya. Seseorang memang mempunyai insting tapi ia tidak dikuasai oleh instingnya, ia bebas memilih sesuatu yang bertentangan dengan instingnya. Dalam hal disposisi yang diturunkan juga telah ditemukan bukti mengenai kecilnya pengaruh disposisi-disposisi tersebut. Diketahui pula bahwa lingkungan tidak terutama membuat atau membentuk seseorang, melainkan segala sesuatu tergantung dari bagaimana manusia membentuk dirinya sendiri, dan
- c. *Responsibility* (tanggung jawab). Tidak hanya cukup merasa bebas memilih tetapi diberi kebebasan pula untuk menerima tanggung jawab terhadap pilihan yang diambil. Logoterapi memperingatkan manusia akan tanggung jawabnya dengan cara ini. *"Live as if you were living for the second time and had acted as wrongly the first time as you are about to act now"* ("Hiduplah seolah-olah anda hidup untuk kedua kalinya, dan bertindak salah untuk pertama kalinya kira-kira demikian anda bertindak sekaran.").<sup>25</sup> Frankl percaya bahwa jika berhadapan dengan situasi ini, manusia akan tetap menyadari tanggung jawab berat yang mereka miliki untuk setiap jam dan setiap hari.

Tentang "Kehendak untuk hidup bermakna" (*the will to meaning*), menurut Frankl merupakan motivasi utama yang terdapat pada manusia untuk mencari, menemukan dan memenuhi tujuan dan arti hidupnya. Dalam menerangkan *the will to meaning*, Frankl berangkat dari kritiknya terhadap *the will to pleasure* (Sigmund Freud) dan *the will to power* (Alfred Adler), yang masing-masing menganggap tujuan utama dari motivasi manusia adalah untuk mendapatkan kesenangan/kenikmatan (*pleasure*) dan kekuasaan (*power*). Mengenai kedua pendapat diatas Frankl memberi catatan bahwa kesenangan bukanlah semata-mata tujuan hidup manusia, melainkan "akibat sampingan" (*by product*) dari sebuah tujuan itu sendiri. Begitu juga dengan kekuasaan yang hanya menjadi sarana untuk mencapai tujuan, bukan tujuan itu sendiri. Karena pada dasarnya *pleasure* dan *power* sebenarnya sudah tercakup dalam *the will to meaning* (kekuasaan merupakan sarana untuk mencapai makna hidup, dan kesenangan hanyalah efek samping yang dihasilkan dari terpenuhinya makna hidup tersebut).

---

<sup>25</sup>*Ibid.*, 64.

Frankl memang sengaja menyebut *the will to meaning* bukan *the drive to meaning*, karena menurutnya makna dan nilai itu berada di luar diri manusia dan kebebasan manusia-lah yang menentukan apakah ia akan menerimanya atau menolaknya. Makna dan nilai adalah hal-hal yang harus dicapai bukan suatu dorongan.

Tentang "Makna hidup", Frankl menganggap bahwa makna hidup itu bersifat unik, spesifik, personal, sehingga masing-masing orang mempunyai makna hidupnya yang khas dan cara penghayatan yang berbeda antara pribadi yang satu dengan yang lainnya. Seorang logoterapis sama sekali tidak memberikan makna hidup tertentu pada klien-kliennya, ia hanya membantu memperluas cakrawala pandangan klien mengenai kemungkinan-kemungkinan menemukan makna dan arti hidup, serta membantu mereka untuk menyadari tanggung jawab dari setiap tujuan hidup mereka. Memilih, menentukan makna hidup sepenuhnya menjadi tanggung jawab klien, dan bukan tanggung jawab terapis.

Dalam *The Doctor and the Soul*, Frankl juga menerangkan bahwa Logoterapi dapat membimbing manusia dalam melakukan kegiatan yang secara potensial mengandung nilai-nilai yang memungkinkan seseorang menemukan makna hidup. **Pertama**, berkarya serta melakukan tugas hidup sebaik-baiknya. Kegiatan ini biasa disebut sebagai *creative values* (nilai-nilai kreatif). **Kedua**, berusaha mengalami dan menghayati setiap nilai yang ada dalam kehidupan itu sendiri. Proses mengalami ini biasa disebut sebagai *experiential values* (nilai-nilai penghayatan). **Ketiga**, menerima berbagai bentuk penderitaan yang tidak mungkin dielakkan lagi, seperti keduakaan, sakit yang tak tersembuhkan lagi, kematian, setelah segala daya upaya telah dilakukan secara maksimal. Sikap tabah terhadap realitas seperti ini biasa disebut sebagai *attitude values* (nilai-nilai bersikap). Nilai-nilai ini kiranya dapat dihadapkan pada para klien oleh seorang logoterapis, dalam membantu menemukan makna dan tujuan hidup klien yang otentik. Dan terpulang pada klien sendiri untuk memilih, menentukan, dan merealisasikannya.<sup>26</sup>

---

<sup>26</sup> Frankl, *The Doctor and The Soul ....Ibid.* h. 22.

### C. Penerapan Logoterapi Dalam Praktek Psikoterapeutik

Tidak dipungkiri, bahwa peradaban modern dengan revolusi industri telah menghadirkan suatu syndrome kehampaan eksistensial dengan ditandai oleh kebosanan, kehampaan, dan ketiadaan tujuan. Masyarakat tengah mengalami dehumanisasi, yang tidak peduli terhadap apa yang akan dilakukan dalam hidup. Semuanya berasal dan datang dari kondisi masyarakat yang tidak menguntungkan. Revolusi industri menjadikan para pekerja mengabdikan kepada kepentingan majikan, dan kehilangan hubungan dengan barang yang diproduksinya. Kondisi ini semakin kompleks dengan hadirnya permisifisme, tidak adanya pandangan bersama mengenai kehidupan yang lebih baik di masa depan, lebih mengutamakan suatu hal yang bersifat materi (Materialisme, kapitalisme, hedonisme), dan mengabaikan hal-hal yang spiritual.

Terkait dengan kondisi di atas, Erich Fromm (1988) menyatakan bahwa banyak orang merasa dirinya seperti komoditi yang diperjualbelikan dan pada saat berikutnya menjadi penjaja komoditi. Dunia Barat kontemporer telah menghasilkan manusia hampa yang mencari makna. Jika di masa lalu orang neurotik itu diibaratkan seperti orang patah kaki, maka dalam dunia modern, seorang neurotik umumnya adalah orang yang memiliki dua kaki sempurna tetapi tidak tahu ke mana kaki itu harus pergi melangkah?

Melalui konsep logoterapinya, Frankl memetakan fenomena syndrome eksistensi manusia tersebut ke dalam tiga macam yakni apa yang disebut *Existential frustration* (frustrasi eksistensial), *Existential vacuum* (kehampaan eksistensial), dan *Noogenic neurosis* (neurosis noogenik) ini. Ketiga terma tersebut memiliki hubungan yang sangat erat satu sama lain, serta merupakan konsep-konsep dasar untuk memahami beberapa gejala kehidupan di abad modern ini.

#### 1) *Frustrasi eksistensial.*

Frustrasi eksistensial muncul ketika dorongan untuk hidup bermakna mengalami hambatan. Gejala-gejala dalam frustrasi eksistensial tidak mewujudkan secara nyata, karena pada umumnya bersifat laten dan terselubung (*masked*). Perilaku yang menandai frustrasi eksistensial biasanya terungkap dalam berbagai usaha untuk memperoleh kompensasi besar

melalui penyaluran hasrat untuk berkuasa (*the will to power*) atau bersenang-senang mencari kenikmatan (*the will to pleasure*).<sup>27</sup>

Frustrasi ini adalah perasaan tak nyaman yang disebabkan oleh karena *the will to meaning* seseorang tidak terpenuhi. Sehingga orang yang dilanda frustrasi ini akan merasa bahwa dirinya tidak ada artinya dan ia senantiasa mengalami rasa bosan dan apatis. Kebosanan merupakan ketidakmampuan seseorang membangkitkan minat, sedangkan apatis merupakan ketidakmampuan seseorang mengambil inisiatif.<sup>28</sup>

Bagi orang yang merasakan kebosanan dalam menjalani tugas hidupnya sehari-hari, segala sesuatu seolah-olah dirasakan sebagai hal yang rutin sehingga ia tidak dapat menghayati makna dari tugas hidupnya tersebut. Ia akan merasa dirinya tidak ada artinya lagi. Gejala ini biasanya muncul pula secara terselubung dalam tingkah laku over kompensasi. Seringkali kompensasinya adalah adanya keinginan berlebihan untuk berkuasa (*the will to power*), juga bisa berupa keinginan untuk bersenang-senang (*the will to pleasure*), termasuk selalu mencari kenikmatan seksual (*the will to sex*). Bisa juga tercermin dalam perilaku yang berlebihan untuk mengumpulkan uang (*the will to money*), dan untuk bekerja (*the will to work*).

Dalam pandangan Logoterapi, frustrasi eksistensial itu bukanlah merupakan suatu hal yang patologis/patogenik, tetapi merupakan perasaan tak nyaman akibat tidak terpenuhinya kehendak untuk hidup bermakna serta keputusan seseorang terhadap kebermanfaatan dalam kehidupannya. Hal ini lebih merupakan suatu fenomena kemanusiaan dan bukan suatu gangguan atau penyakit mental.<sup>29</sup>

## **(2) Kehampaan eksistensial**

Sementara itu, mengenai kehampaan eksistensial, biasanya muncul dalam perilaku yang menunjukkan perasaan serba hampa, gersang, dan kebosanan yang berlebihan. Menurut Frankl, faktor-faktor yang menyebabkan meluasnya kehampaan eksistensial adalah dianutnya ideologi-ideologi tentang manusia yang bercorak reduksionistik, pan-determinisme, serta teori-teori homeostatis. Wawasan-wawasan tersebut

---

<sup>27</sup>Frankl, *Psychotherapy and existentialism...Ibid.*, 120-121.

<sup>28</sup>*Ibid.*, Lihat pula dalam tulisannya yang lain, *The Will To Meaning...Ibid.*, 87.

<sup>29</sup>Frankl, *Man's Search For Meaning...Ibid.*, 162-163.

menganggap eksistensi manusia sebagai sistem yang tertutup, atau memandang manusia dari sudut pandang kemanusiaan yang sub-human, dan dengan demikian mengembangkan berbagai model manusia yang berpola "rat-model", "machine model", "computer model", dan sebagainya. Wawasan-wawasan ini mengingkari karaktersitik khas manusia seperti: kemampuan mentransendensikan diri, kemampuan mengambil jarak dengan lingkungan dan diri sendiri, kebebasan berkehendak, rasa tanggung jawab, dan spiritualitas.

Kehampaan eksistensial ini adalah perasaan yang serba kosong, gersang dan tidak bermakna dalam hidup. Terjadinya sejalan dengan Frustrasi eksistensial. Jika keadaan ini terjadi pada seseorang, oleh Frankl dikatakan, orang tersebut mengalami *Existential Vacuum* yang sebenarnya merupakan konsekuensi dari kondisi bahwa pada masyarakat modern abad ke 20 ini, manusia cenderung lepas dari insting biologisnya dan juga tidak terikat lagi oleh adat istiadat, tradisi dan nilai-nilai yang biasanya memberi petunjuk tentang apa yang sebaiknya dilakukan pada situasi tertentu.<sup>30</sup> Oleh karenanya, keadaan ini menyebabkan manusia sudah tidak lagi mempunyai suatu pegangan yang pasti. Manusia modern tidak tahu apa sebenarnya yang mereka inginkan; mereka tidak tahu apa yang seharusnya dilakukan atau apa yang pahit untuk dilakukan. Frankl menggambarkan keadaan ini sebagai berikut:

*"Today we live in an age of crumbling and vanishing tradition. Thus instead of new values being created by finding unique meaning, the reserve happens universal values are on the wane. That is why ever more people are caught in a feeling of aimlessness and emptiness or, as I am to calling it, and Existential vacuum."*<sup>31</sup>

Sebagai akibat dari keadaan ini, pada manusia timbul suatu tindakan yang menggambarkan sikap konformitas (melakukan apa yang dilakukan orang lain) dan totalitarian (melakukan apa yang orang lain harapkan untuk dilakukan). Dalam keadaan tersebut, jelas, manusia tidak dapat lagi menampilkan eksistensinya. Keadaan demikian lebih lanjut dapat

---

<sup>30</sup> Frankl, *The Will To Meaning.... Ibid.*, 83.

<sup>31</sup> *Ibid.*, 64.

menimbulkan gangguan neurosis pada orang bersangkutan yang dikenal dengan nama *Neurosis noogenik*.

### (3) *Neurosis noogenik*

Terakhir mengenai "Neurosis noogenik". Seperti yang diimplikasikan dari namanya, *noogenic neuroses* adalah neurosis yang berasal dari dimensi spiritual yang timbul karena benturan nilai-nilai, konflik moral atau dari usaha-usaha yang tidak berhasil dalam mencapai arti hidup itu sendiri. Sebagaimana pernyataan Frankl: "*Noogenic neuroses do not emerge from conflicts between drives and instincts, but rather from conflicts between various values; in other words, from moral conflicts or, to speak in a more general way, from spiritual problems.*"<sup>32</sup>

Neurosis noogenik tidak muncul dari arahan konflik antara Id-Ego-Superego, konflik instingtif, trauma psikis, dan berbagai kompleks psikis lainnya, akan tetapi muncul dari problematika spiritual. Neurosis noogenik tidak mengakar pada dimensi psikis manusia, melainkan bersumber pada dimensi spiritual, sehingga dengan demikian neurosis ini tidak bersifat psikogen, tetapi spiritual/noogenik.

*Neurosis noogenik* ini selain berasal dari adanya problem spiritual, dapat pula berasal dari frustrasi eksistensial dan kehampaan eksistensial. Hal ini tidak berarti frustrasi eksistensial dan kehampaan eksistensial selalu mengakibatkan *Neuroses noogenik*, meski menurut Frankl, *existential frustration* dan *existential vacuum* memegang peranan penting dalam menjelmakan *noogenic neuroses*.

Frustrasi eksistensial dan kehampaan eksistensial merupakan suatu keadaan yang ditandai penghayatan tanpa makna dan perasaan serba hampa. Tidak ada perbedaan antara keduanya, hanya saja frustrasi eksistensial merupakan keadaan frustrasi yang diakibatkan tidak terpenuhinya hasrat hidup bermakna, sedangkan kehampaan eksistensial lebih menunjuk pada isi penghayatannya. Keduanya merupakan suatu kondisi yang manusiawi dan bukan merupakan suatu penyakit atau gangguan psikopatologi, walaupun dapat juga menjelmakan neurosis noogenik. Atau dengan kata lain, frustrasi eksistensial maupun kehampaan

---

<sup>32</sup> Frankl, *Man's Search For Meaning... Ibid.*, 160.



eksistensial bukanlah merupakan penyakit atau gangguan mental, melainkan merupakan suatu kondisi yang wajar terdapat pada seseorang dalam mencari makna hidupnya, sedangkan neurosis noogenik merupakan suatu penyakit atau gangguan mental yang bersumber dari frustrasi eksistensial dan kehampaan eksistensial.

Beberapa gejala dari *noogenic neuroses*, adalah antara lain mereka merasa hidup ini membosankan, hidup ini hampa tanpa makna dan penuh dengan ketidak berdayaan. Akibatnya kehidupan sehari-hari dirasakan sebagai sesuatu yang rutin dan membosankan. Hidup ini dirasakan serba membingungkan. Lingkungan hidup terasa sangat membatasi dan menekan manusia menjadi tidak berdaya menghadapi hidup. Keadaan atau gejala-gejala inilah yang kemudian seakan-akan mendorong dan menarik manusia untuk mencoba mengatasinya dengan mencoba berbagai cara, baik yang positif maupun yang negatif. Mereka yang benar-benar telah merasa putus asa dan tidak berdaya, tidak jarang mengambil jalan pintas yaitu dengan melakukan bunuh diri misalnya.

Menurut Frankl, dalam kasus neurosis noogenik, terapi yang cocok dan memadai bukanlah psikoterapi, melainkan Logoterapi; sebuah terapi yang berani memasuki dimensi spiritual dari eksistensi manusia. Untuk itu, pada mereka yang masih berpengharapan; banyak kita jumpai mereka mulai lebih mengarahkan diri dan hidupnya kepada sesuatu yang mereka maknai bersifat spiritual. Bagi para penganut keagamaan misalnya, gangguan neurosis yang mereka alami telah menghantarkan mereka untuk melakukan pendekatan diri kepada Tuhan dengan taat beragama. Dari sini, mereka berharap hidup yang selama ini dirasa tidak bermakna akan kembali menjadi suatu bentuk kehidupan baru yaitu suatu kehidupan yang penuh dengan gairah dan semangat. Sehingga tidaklah mengherankan jika kemudian segala macam bentuk aliran dan gerakan keagamaan pada dekade terakhir ini menjadi lebih berupa manifestasi dari berbagai macam usaha manusia untuk mendapatkan pegangan hidup yang pasti, yang membuat hidup mereka kembali bermakna dan bertujuan.

Lebih spesifik lagi, untuk kasus neurosis noogenik, yakni gangguan neurosis yang disebabkan oleh karena tidak terpenuhinya hasrat untuk hidup bermakna, Logoterapi mengembangkan praktik yang sering disebut

Existential Analysis.<sup>33</sup> Praktik terapi ini berhubungan dengan konsep ketidakbermaknaan yang oleh para praktisi eksistensial disebut sebagai kesalahan eksistensial. Kondisi ini tumbuh dari perasaan ketidaksempurnaan, atau kesadaran akan kenyataan bahwa orang ternyata tidak menjadi siapa dia seharusnya. Kondisi ini mengungkapkan kurangnya kesadaran penderita bahwa ia memiliki potensi sepenuhnya sebagai seorang pribadi dan memiliki pilihan atas tindakan-tindakannya. manakala orang mengabaikan potensi-potensi tertentu yang dimiliki, maka tentu ada perasaan kesalahan eksistensial ini. Beban kesalahan ini tidak dipandang sebagai neurotik, juga bukan sebagai gejala yang memerlukan penyembuhan. Yang dilakukan oleh terapis adalah membantu membuka cakrawala pandangan penderita terhadap nilai-nilai yang secara potensial memungkinkan ditemukannya makna hidupnya. Dari sini dapat dipahami bahwa para terapis dalam proses terapi hanyalah sebagai jembatan yang mengorientasikan klien mereka untuk menemukan makna hidupnya sendiri.

Secara umum, berbagai fenomena syndrome eksistensial di atas, dalam logoterapi Frankl sebenarnya dapat dengan mudah diatasi dengan membersitkan makna ke luar, mengubah jalan hidup dan menyusun kembali hidup yang porak poranda tanpa makna itu, yakni dengan **Pertama**, makna ditemukan ketika manusia menemukan dirinya sendiri (*self discovery*), **Kedua**, makna muncul ketika manusia menentukan pilihan, hidup menjadi tanpa makna ketika manusia terjebak dalam suatu keadaan, ketika ia tidak dapat memilih, **Ketiga**, makna dapat ditemukan ketika manusia merasa istimewa, unik, dan tak tergantikan oleh orang lain, **Keempat**, makna membersit dalam tanggung jawab, **Kelima**, makna mencuat dalam situasi transendensi.<sup>34</sup>

Transendensi adalah pengalaman yang membawa seseorang ke luar dunia fisik, ke luar dari pengalamannya yang biasa, ke luar dari suka dan duka, ke luar dari dirinya yang sekarang, ke konteks yang lebih luas. Pengalaman transendensi adalah pengalaman spiritual. Manusia dihadapkan pada makna akhir (*the ultimate meaning*) yang menyadarkannya akan "aturan Agung" yang mengatur alam semesta. Manusia

---

<sup>33</sup>Frankl, *Man's Search For Meaning... Ibid.*, 176-178.

<sup>34</sup> Frankl, *Man's Search For Meaning... Ibid.*, 32.

menjadi bagian penting dalam aturan ini. Apa yang ia lakukan mengikuti rancangan besar (*grand design*) yang ditampakkan kepadanya. Inilah dimensi spiritual dari ajaran logoterapi Viktor E. Frankl.

Dari paparan diatas tampak, bahwa inti ajaran Frankl adalah pada pandangan bahwa menjalani hidup dimaksudkan untuk suatu tujuan tertentu. Motivasi utama dari manusia adalah untuk menemukan tujuan itu, itulah makna hidup. Pencarian makna yang manusia lakukan merupakan fenomena kompleks yang membutuhkan penggalan, dan untuk memahaminya kita harus "menjalaninya".

Tentang "makna," ada dua hal yang ditanyakan Frankl; Pertama,, makna tidak sama dengan aktualisasi diri. Aktualisasi diri adalah suatu proses yang menjadikan seseorang seperti adanya ia, dimana ia dapat mengembangkan dan menyadari cetak biru (*blue-print*) dari potensi dan bakatnya sendiri. Namun, meski seseorang sanggup sepenuhnya mengembangkan potensinya, belum tentu ia telah memenuhi makna hidupnya. Makna tidak terletak pada diri manusia, melainkan terletak di dunia luar. Seseorang tidak menciptakan makna, atau memilihnya, melainkan harus menemukannya. Dengan kata lain, untuk dapat menemukan makna seseorang harus bergerak ke luar dari persembunyian dan menyongsong tantangan di luar sana yang memang ditujukan kepadanya. Tujuan/makna adalah sesuatu yang "transcendental," sesuatu yang berada di luar "pemiliknya," maka ketika seseorang mencari bimbingan untuk menjatuhkan pilihannya, ia tidak akan menjumpai kekosongan, tetapi ia menemukan makna hidupnya pada sesuatu di luar atau di atas dirinya. Hidup tidaklah semata mengarahkan diri pada realisasi diri ataupun sesuatu dalam dirinya, melainkan mengarahkan diri pada makna yang harus dipenuhi.

Dengan begitu "kefanaan" menjadi kurang menakutkan. Maknalah yang memelihara hidup kita. Melekatkan diri pada sesuatu yang melebihi usia hidup memberi manusia suatu keabadian. Keterasingan dari dunia, lantaran cara hidup serba mekanis, menjadi berkurang ketika seseorang tahu bahwa ia berada di dunia untuk suatu tanggung jawab yang mesti dipenuhi. Manusia mampu bertahan hidup di gurun yang sangat tandus, jika gurun tersebut menawarkan suatu tugas yang harus dipenuhi. Sebaliknya ada orang

yang mati bunuh diri minum racun di istana mewah karena tidak tahu untuk apa dia hidup.<sup>35</sup>

Kedua, hidup setiap orang memiliki makna yang unik, setiap orang memiliki peran unik yang harus dipenuhi atau diperankan, suatu peran yang tak dapat digantikan oleh orang lain. Setiap orang lahir ke dunia ini mewakili sesuatu yang baru, yang itu tidak ada sebelumnya. Sesuatu yang original dan unik. Tugas setiap orang adalah untuk memahami bahwa tidak pernah ada seorang pun serupa dirinya, karena jika memang pernah ada seseorang yang serupa dengan dirinya, maka ia tidak diperlukan. Setiap orang adalah sesuatu yang baru, dan harus memenuhi suatu tugas dan panggilan mengapa ia diciptakan di dunia ini.

Pengembaraan dalam mencari eksistensi diri, dapat ditemukan ketika seseorang berupaya memahami makna hidupnya sendiri. Saat ia menyadari dalam hal apa ia menjadi unik. Berbeda dari orang lain, tugas unik apa yang telah ia penuhi, yakni suatu tugas yang hanya dapat dipenuhi oleh seseorang seperti "aku", dan tidak ada seorang pun yang sama seperti aku. Penemuan makna memberi manusia suatu pemahaman mengenai takdir, semua kegembiraan dan kesedihan tampak menjadi bagian yang sesuai dari keseluruhan riwayat hidupnya. Ibarat kepingan-kepingan "keramik" yang membentuk sebuah "mozaik" perjalanan hidupnya, setiap kepingan-kepingan tersebut pasti bermanfaat, tidak ada yang sia-sia. Setiap peristiwa adalah satu langkah yang mendekatkan manusia untuk menjadi manusia sepenuhnya, yang memenuhi suatu "peran" yang memang "hanya" untuknya.<sup>36</sup>

Melihat uraian tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa logoterapi mengajarkan bahwa setiap kehidupan individu mempunyai maksud, tujuan, makna yang harus diupayakan untuk ditemukan dan dipenuhi. Hidup kita tidak lagi kosong jika kita menemukan suatu sebab dan sesuatu yang dapat mendedikasikan eksistensi kita. Namun kalaulah hidup diisi dengan penderitaan pun, itu adalah kehidupan yang bermakna, karena keberanian menanggung tragedi yang tak tertanggungkan merupakan pencapaian atau prestasi dan kemenangan.

---

<sup>35</sup> Frankl, *Man's Search For Meaning... Ibid.*, 35.

<sup>36</sup> Frankl, *Man's Search For Meaning... Ibid.*, 37.

Melalui logoterapi, Frankl menuntun manusia untuk bersikap optimis dalam menghadapi penderitaan dan berusaha menemukan hikmah di balik penderitaannya. Pemikiran-pemikirannya memberi inspirasi bagi manusia modern dalam menemukan makna dan tujuan hidup yang sesungguhnya. Karena dalam kehidupan modern sekarang ini, sebagian besar manusia dilanda kecemasan dan mengidap penyakit mental yang disebabkan oleh ketidak mampuan seorang dalam menemukan makna hidup.

Menurut ajaran logoterapi, bahwa kehidupan ini mempunyai makna dalam keadaan apapun dan bagaimanapun, termasuk dalam penderitaan sekalipun, hasrat hidup bermakna merupakan motivasi utama dalam kehidupan ini. Manusia memiliki kebebasan dalam upaya menemukan makna hidup, yakni melalui karya-karya yang diciptakannya, hal-hal yang dialami dan dihayati, termasuk cinta kasih, atau dalam setiap sikap yang diambil terhadap keadaan dan penderitaan yang tidak mungkin terelakkan. Manusia dihadapkan dan diorientasikan kembali kepada makna, tujuan dan kewajiban hidupnya. Kehidupan tidak selalu memberikan kesenangan kepada kita, tetapi senantiasa menawarkan makna yang harus kita jawab. Tujuan hidup bukanlah untuk mencapai keseimbangan tanpa tegangan, melainkan sering dalam kondisi tegangan antara apa yang kita hayati saat ini dengan prospek kita di masa depan. Logoterapi memperteguh daya tahan psikis kita untuk menghadapi berbagai kerawanan hidup yang kita alami.

Dalam prakteknya logoterapi dapat mengatasi kasus fobia dengan menggunakan teknik paradoxical intention, yaitu mengusahakan agar orang mengubah sikap dari yang semula memanfaatkan kemampuan mengambil jarak (*self detachment*) terhadap keluhan sendiri, kemudian memandangnya secara humoritas. Logoterapi juga dapat diterapkan pada kasus-kasus frustrasi eksistensial, kepaan hidup, kehampaan hidup, tujuannya adalah membantu kita untuk menyadari adanya daya spiritual yang terdapat pada setiap orang, agar terungkap nyata (*actual*) yang semula biasanya ditekan (*repressed*), terhambat (*frustasi*) dan diingkari. Energi spiritual tersebut perlu dibangkitkan agar tetap teguh menghadapi setiap kelonggaran dan derita.

Dalam kehidupan, mungkin hasrat hidup bermakna sebagai motif utama tidak dapat terpenuhi, karena ketidakmampuan orang melihat, bahwa dalam kehidupan itu sendiri terkandung makna hidup yang sifatnya potensial,

yang perlu disadari dan ditemukan, keadaan ini menimbulkan semacam frustrasi yang disebut frustrasi eksistensial, yang pada umumnya diliputi oleh penghayatan tanpa makna (*meaningless*). Gejala-gejalanya sering tidak terungkap secara nyata, karena biasanya bersifat latent dan terselubung. Perilaku yang biasanya merupakan selubung frustrasi eksistensial itu sering tampak pada berbagai usaha kompensasi dan hasrat yang berlebihan untuk berkuasa, atau bersenang-senang, mencari kenikmatan duniawiyah (*materialisme*). Gejala ini biasanya tercermin dalam perilaku yang berlebihan untuk mengumpulkan uang, manic-bekerja (*wokerholic*), free sex, dan perilaku hidonisme lainnya.

Dalam prakteknya, logoterapis membantu klien agar lebih sehat secara emosional, dan salah satu cara untuk mencapainya adalah memperkenalkan filsafat hidup yang lebih sehat, yaitu mengajak untuk menemukan makna hidupnya. Menemukan makna hidup merupakan sesuatu yang kompleks. Pada banyak kasus, logoterapis hanya dapat mengajak klien untuk mulai menemukannya. Logoterapis harus menghindari untuk memaksakan suatu makna tertentu pada klien, melainkan mempertajam kepada klien akan makna hidupnya. Mungkin cara yang lebih baik yang dapat dilakukan seorang logoterapis guna membantu klien agar mengenali apa yang ingin ia lakukan dalam hidup adalah memperdulikan dan menciptakan atmosfir yang bersahabat, sehingga klien bebas menjelajahi keunikan dirinya tanpa merasa takut ditolak. Sebagaimana setiap orang yang sedang jatuh cinta pada umumnya mampu secara intuitif mengenali makna unik apa yang terdapat dalam hidup orang yang dicintainya.<sup>37</sup>

Out-put dari proses Logoterapi bisa terlihat pada kepribadian yang sehat atau dalam istilah Frankl "pribadi yang mengatasi diri." Inilah pribadi yang mampu melihat kehidupan dunia tidak hanya dalam kerangka pengejaran akan kekuasaan dan kenikmatan, tetapi lebih berhubungan dengan kemampuan untuk hidup bermakna dalam berbagai kondisi. Tujuan hidup bukanlah hanya untuk mencapai kondisi keseimbangan (*equilibrium*), yang serba tanpa ketegangan, melainkan senantiasa berada dalam semacam tegangan yang produktif antara apa yang kita hayati sekarang, dengan prediksi dan pengandaian tentang apa yang kita hayati pada masa mendatang.

---

<sup>37</sup> Frankl, *Man's Search For Meaning... Ibid.*, 28.

Banyak orang menyatakan bahwa logoterapi Victor E. Frankl sangat dekat dengan ajaran agama (spiritual), atau juga bisa merupakan "agama sekuler". Bagi Frankl makna hidup adalah daya yang membimbing eksistensi manusia, sebagaimana para Nabi membimbing umatnya. Frankl menggabungkan wawasan dari agama-agama dan filsafat-filsafat lama, serta mengaplikasikannya dalam kehidupan pribadinya selama tiga tahun yang kelam di kamp konsentrasi Nazi yang dituangkan dalam suatu teori psikoterapi, ajaran tersebut dinamakan dengan logoterapi.



### BAB III

## AL-GHAZALI DAN PEMIKIRANNYA

### A. Biografi Imam al-Ghazali

Nama Lengkapnya adalah Abu Hamid bin Muhammad Al-Ghazali. Ia dilahirkan pada abad kelima Hijrah iaitu tahun 450 H bersamaan 1058 M di Kota Thous daerah Khurasan dan meninggal pada tahun 1111 M. Ia lahir di tengah penduduk kota yang mayoritasnya beragama Islam Syiah dan Kristian. Ayahnya terkenal dalam masyarakat setempat sebagai seorang 'alim yang soleh dan wara' di mana dia tidak makan sesuatu kecuali yang bersumber daripada hasil kerja dan pendapatannya sendiri.

Intensitasnya terhadap dunia pendidikan telah terlihat sejak usianya masih dini. Kemauannya yang kuat untuk belajar, kecerdasan otaknya, dan kondisi sosio-kultural keluarganya telah menghantarkannya menjadi salah satu tokoh sufi yang dikagumi banyak orang. Sejarah pendidikannya diawali dengan belajar ilmu fiqh dan ilmu-ilmu dasar lainnya dari Ahmad Bin Muhammad al-Razakani di kota Tus serta dari Imam Abu Nathir Isma'ili di Jurjan. Selanjutnya ia pindah ke Naysabur dan belajar pada Imam Haramain Abu al-Ma'ali al-Juwayni. Di sini pulalah ia memperdalam pengetahuannya dalam bidang ilmu kalam, Mantiq, Fiqh dan Tasawwuf.<sup>38</sup>

Selama di Naysabur, al-Ghazali tidak saja belajar pada Imam Harmain, akan tetapi juga mempergunakan kesempatan belajar untuk menjadi pengikut sufi bersama Abu al-Fadl bin Muhammad Bin 'Ali al-Farmawi al-Tusi, seorang murid pamannya, al-Qushayri, ahli tasawwuf. Kemudian, secara pribadi, ia melakukan *uzlah*, latihan dan praktek kesufian. Kendatipun demikian, hal itu belum mendatangkan pengaruh yang berarti bagi dirinya dalam mencari hakikat kebenaran. Dengan kata lain, *uzlah*, latihan, dan praktek tasawwuf yang ia lakukan tidak membawanya kepada tingkat di mana seorang sufi dapat menerima ilham dari Allah secara langsung. Keadaan ini berlangsung sampai wafatnya al-Farmawi 1084 M.

Dengan wafatnya al-Farmawi dan Imam Haramain, dapat dikatakan pendidikan al-Ghazali secara formal berakhir. Maka mulai pulalah babak baru

---

<sup>38</sup> Abd al-Rahman Badawi, *Mu'allafat al-Ghazali* (Damaskus: Majlis al-A'la, 1961), 19.

dari sejarah pendidikannya sebagai pendidik dan pemimpin pendidikan. Kariernya dalam dunia pendidikan mulai menanjak setelah ia pergi ke Mu'askar, dan dari sini pulalah untuk yang pertama kalinya ia bertemu dengan salah seorang perdana menteri Bani Saljuq, yaitu Nizam al-Muluk.<sup>39</sup> Hingga pada tahun 1091 M, ia diserahi tugas mengajar pada Universitas yang didirikan oleh Nizam al-Muluk sendiri. Kemudian pada tahun 1091 M, ia akhirnya diangkat sebagai guru besar dalam bidang shari'at Islam pada *Jami'ah* Baghdad tersebut.

Dalam melaksanakan tugasnya sebagai guru besar dan rektor, al-Ghazali memperoleh sukses besar. Sukses tersebut antara lain diperolehnya berkat kepemimpinannya yang baik dan kepintarannya dalam mengamalkan ilmu. Ia diakui dan dikagumi oleh para mahasiswa, ulama, pemimpin dan pembesar Dinasti Saljuq. Simpati dan perhatian para pembesar Dinasti Saljuq mulai mengalir dengan deras, hingga kemudian tidak ada satupun urusan agama dan negara yang dapat diputuskan tanpa persetujuannya. Semua jabatan, pengaruh, kebesaran, popularitas, kesenangan yang pantas dimiliki sebagai alim besar akhirnya telah diperolehnya.

Walau demikian besarnya nikmat dan sukses yang didapat al-Ghazali di bidang keduniaan, namun semuanya itu ternyata tidak mampu mendatangkan ketenangan dan kebahagiaan baginya. Dari segi agama dan batin, ia gelisah dan menderita. Ia mengalami perasaan syak dan malah meragukan kemampuan alat indra, akal, ilmu kalam, filsafat, dan ajaran kebatinan dalam mencapai hakikat kebenaran dan kebahagiaan akhirat.

Pergumulannya dalam kancah filsafat misalnya, tidak memberinya kepastian tentang kebenaran yang ia cari. Filsafat, dalam perspektifnya, tidak saja jauh dari ajaran-ajaran Islam ortodoks (sunni) yang ia pelajari, tapi lebih dari itu tidak mempunyai kepastian dalam pembuktian-pembuktiannya. Begitupula dengan ilmu Kalam (teologi) yang menggunakan metode doktrin-doktrin dogmatis. Namun demikian, al-Ghazali tidaklah kecewa pada metode yang dipakainya, karena ia sadar bahwa tujuan para ahli teologi adalah untuk membentengi dogma-dogma Tawhid dari penyelewengan-penyelewengan.

---

<sup>39</sup>Ahmad Daudi, *Kuliah Filsafat Islam*, Cet. II (Jakarta: Bulan Bintang, 1986), 97. Bandingkan dengan Harun Nasution, *Filsafat Dan Mistisisme Dalam Islam*, Cet. II (Jakarta: Bulan Bintang, 1978), 41.

Yang ia kecewakan ialah bahwa kepastian yang sedang dicarinya tidak ia dapatkan dalam ilmu Kalam tersebut.

Demikian perjalanan pemikiran dan batin al-Ghazali yang tidak pernah berhenti untuk mencari suatu kebenaran. Keinginannya untuk mencapai *the ultimate truth* telah memotivasi dirinya untuk segera datang berguru kepada kelompok sufi yang ekstrim yang dikenal dengan kaum *Batiniyah* dan *Isma'iliyyah*.<sup>40</sup> Lagi-lagi ia mendapatkan kekecewaan-kekecewaan, manakala kelompok yang mendasarkan diri pada ajaran sang Imam sufi ini (pemimpin kaum *Batiniyyah* dan *Isma'iliyyah*) ternyata tidak bisa terlepas dari menggunakan nalar yang terkadang bertentangan dengan ajaran sang Imam. Hal ini dikarenakan adanya kesulitan untuk hanya menggantungkan pada diri pada Sang Imam secara terus menerus.

Gejolak keresahan al-Ghazali yang mengelora mencapai puncaknya ketika pada tahun 1095 M beliau memutuskan untuk ber'uzlah, mengasingkan diri dalam keramaian, padahal saat itu ia telah menjadi guru besar di universitas Nizamiyyah Baghdad serta menjadi cendekiawan Sunni terkemuka di zamannya. Kekecewaan yang beruntun dialaminya menjadikan ia tidak puas terhadap pendekatan intelektual dan legalitas terhadap agama, dan ia merindukan pengalaman yang lebih bersifat pribadi dengan Tuhan.<sup>41</sup> Sejak itulah al-Ghazaly meniti jalan kehidupan tasawwuf yang sesungguhnya, yang diharapkan dapat menghilangkan rasa syak dalam dirinya. Akhirnya, kegelisahan dan perasaan syak yang diderita al-Ghazali, pada gilirannya, disembuhkan Allah dengan nur-Nya dan ia memiliki pegangan lagi dalam hidupnya.

Dari uraian di atas dapat diketahui betapa besar perhatian al-Ghazali terhadap masalah spiritualitas Islam. Ia tinggalkan segala kemewahan dan kesenangan duniawi, dan tenggelam dalam kehidupan dan praktek tasawwuf bertahun-tahun lamanya guna mendapatkan kebenaran hakiki. Dalam perjalanan spiritualnya, al-Ghazali berusaha keras untuk membina jiwa, mendidik akhlak dan melatih dirinya agar menjadi pribadi yang taat, manusia sempurna, dan berjiwa yang sehat. Dengan menempuh jalan tasawwuf ia memperoleh apa yang dicarinya dalam hidup. Dalam hal ini ia berkomentar,

---

<sup>40</sup>Quaseem, *Etika Dalam Islam*, terj. Afifah (Bandung: Pustaka, 1988), 7.

<sup>41</sup>A.J. Arberry, *Sufisme: Dimensi esoterisme Islam*, terj. Arianto, Cet IV (Bandung: Mizan, 1993), 102.

bahwa dengan menempuh jalan tasawwuf dapatlah terbuka segala soal dan rahasia tentang kenabian Muhammad saw dan kebenaran al-Qur'an.<sup>42</sup>

Setelah al-Ghazali mencapai tujuan dari perjalanan tasawwufnya (spiritual), yakni dalam bentuk ilmu yakin yang menjadi landasan bagi kehidupannya di dunia dan akhirat, maka ia kembali lagi kepada kehidupan masyarakat yang saat itu tengah dilanda oleh krisis keimanan. Ia berusaha memperbaiki keadaan tersebut dan menyelamatkan agama Islam yang sudah lumpuh kekuatannya, serta salah dipahami oleh masyarakat, dengan membangkitkan suatu vitalitas baru, sehat dan kuat serta dalil yang meyakinkan. Di bidang tasawwuf, ia seru umat untuk kembali kepada kehidupan spiritualitas yang berdasarkan pada prinsip-prinsip Islam, serta mengikuti contoh yang diperlihatkan oleh Rasulullah dan para sahabatnya. Di samping itu, ia ingatkan pula umat bahwa pengembangan kehidupan beragama Islam di bidang Tasawwuf hendaknya didasarkan atas asas dan batasan ilmu shari'at. Ilmu inilah yang seharusnya dijadikan titik tolak dalam menuju ke arah *mi'raj ruhani* dan memperoleh *ma'rifat* tentang Allah.<sup>43</sup>

Al-Ghazali menekankan usahanya pada ajaran akhlak dan tasawwuf atau segi-segi moral dan mental spiritual dengan jalan menghidupkan kembali ilmu-ilmu agama dan jiwa keislaman, karena pada segi-segi inilah terletak pokok pangkal segala krisis yang terjadi, dan sekaligus bisa menjadi pokok pangkal timbulnya keamanan, ketertiban, dan kebahagiaan dalam masyarakat. Al-Ghazali menekankan usahanya pada penghidupan kembali jiwa '*ulum* agama Islam dan tasawwuf atau pada aspek spiritualitas dan kejiwaan, sebagai imbalan dari keadaan dan kehidupan umat yang sudah sangat mencintai kehidupan dunia dan melupakan kehidupan akhirat. Ia melihat masyarakatnya sudah hidup dalam kemewahan dan kebendaan, akan tetapi dalam kehidupan intelektual, spiritual, dan moral, mereka mengalami krisis.<sup>44</sup> Al-Ghazali memilih jalan tasawwuf dan menyebarkan paham spiritualitas dalam Islam, sama sekali tidaklah berarti ia mengabaikan

---

<sup>42</sup>Al-Ghazali, *al-Munqidh Min al-Dalal* (Kairo: al-Maktab al-Fanni, 1962), 46.

<sup>43</sup>Laura Veria Vaglieri, *Apologi Islam*, terj. Ahmad Daudi (Jakarta: Bulan Bintang, 1983), 74.

<sup>44</sup>Hasan Langgulang, *Teori-teori Kesehatan Mental, Perbandingan Psikologi Modern Dan Pendidikan Pakar-pakar Pendidikan Islam* (Kajang Selangor: Pustaka Huda, 1983), 190-191.

kehidupan dunia dan hanya mencintai kehidupan akhirat, akan tetapi berusaha untuk menciptakan keseimbangan antara keduanya.

Untuk itu, di tengah-tengah kebudayaan modern yang mengalami kemiskinan moral dan spiritual dewasa ini, pemikiran-pemikiran al-Ghazali tentang spiritualis Islam dan implikasinya dalam pendidikan akhlak dan pembinaan mental, tentu sangat membantu masyarakat untuk keluar dari krisis yang terjadi pada abad modern ini. Dengan kata lain, menempatkan al-Ghazali sebagai topik diskursus spiritualitas manusia ini sangatlah tepat adanya.

## B. Dimensi Spiritual Dalam Ihya' 'Ulum al-Din al-Ghazali

Wawasan al-Ghazali tentang dimensi spiritualitas manusia tampak dalam magnum opus pemikirannya, *Ihya' Ulum al-Din*. *Ihya' Ulum al-Din* terdiri atas empat *rub'u* (bagian perempat); **Pertama**, *Rub'u al-'Ibadat*. *Rub'u* ini didahulukan karena ibadat merupakan pokok dan tujuan utama manusia dijadikan Allah. Keharmonisan hubungan manusia dengan Allah terletak pada faktor ibadat kepada-Nya. **Kedua**, *rub'u al-Ibadat*. *Rub'u* ini erat hubungannya dengan kehidupan sosial dan politik atau hubungan manusia dengan sesamanya dan makhluk Allah lainnya. Pembinaan keharmonisan hubungan manusia dengan sesamanya dan lingkungannya adalah tujuan dari *rub'u* ini. Sedangkan **ketiga**, *Rub'u al-muhlikat*. *Rub'u* ini berisikan uraian tentang sifat-sifat tercela yang merupakan penyebab timbulnya penyakit jiwa (*amrad al-Qulub*), serta jatuhnya orang ke dalam kebinasaan (*al-Fasad*) dan neraka. Apabila orang bebas dari sifat-sifat *al-Muhlikat*, tercegahlah ia dari penyakit jiwa dan selamatlah ia dari kebinasaan dan neraka, dan **keempat**, *rub'u al-munjiyat*. *Rub'u* ini berisikan uraian tentang sifat-sifat terpuji yang merupakan pula pengobatan bagi penyakit jiwa (*mu'ajalat amrad al-Qalb*), serta pokok pangkal untuk memperoleh kebahagiaan, keselamatan, dan surga di akhirat nanti.<sup>45</sup> Kedua *Rub'u* yang terakhir inilah yang banyak membahas dimensi spiritualitas manusia dan erat hubungannya dengan pembinaan hubungan baik manusia dengan dirinya sendiri.

Sebagaimana konsep ajaran Islam pada umumnya, wawasan al-Ghazali tentang manusia dan dimensi spiritualnya pun berdasarkan kepada al-Qur'an

---

<sup>45</sup>Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din*, Juz I (Beirut; Dar al-Fikr, tt.), 1-6

dan Sunnah, di samping ia juga seorang mufassir dalam Islam. Dalam bukunya *Ihya' 'Ulum al-Din*, al-Ghazali menunjukkan, bahwa manusia tersusun dari unsur materi dan immateri atau jasmani dan ruhani yang berfungsi sebagai *abdi* dan *khalifah* Allah di bumi.<sup>46</sup>

Meskipun al-Ghazali membenarkan, bahwa konsep manusia menurut Islam, tersusun dari jasmani dan ruhani, akan tetapi ia menekankan pengertian dan hakikat kejadian manusia pada spiritualnya, ruhani atau jiwa. manusia itu pada hakikatnya adalah jiwanya (ruh). Jiwalah yang membedakan manusia dengan makhluk-makhluk Allah lainnya. Dengan jiwa, manusia bisa merasa, berfikir, berkemauan, dan berbuat lebih banyak. Tegasnya, jiwa itulah yang menjadi hakikat dari manusia karena sifatnya yang *latif*, *ruhaniyah*, *rabbanyah*, dan abadi sesudah mati. Keselamatan dan kebahagiaan manusia di dunia dan akhirat banyak tergantung pada keadaan jiwanya. Sebab jiwa merupakan pokok dari agama dan asas bagi orang yang berjalan menuju Allah, serta padanya tergantung ketaatan atau kedurhakaan manusia kepada Allah. Jiwalah yang pada hakikatnya yang taat kepada Allah atau durhaka dan ingkar kepada-Nya.<sup>47</sup> Jadi, unsur jiwa atau ruh lebih ditekankan oleh al-Ghazali dalam konsepnya tentang manusia daripada unsur badan (materi).

Untuk menunjuk kepada pengertian jiwa atau spiritual itu, ia menggunakan empat istilah, yakni *al-Qalb*, *al-Ruh*, *al-Nafs*, dan *al-'Aql*. Menurut al-Ghazali keempat istilah itu masing-masing memiliki dua arti, yaitu arti fisik dan metafisik.<sup>48</sup> Untuk lebih jelasnya, akan penulis paparkan keempat istilah dimaksud.

**Pertama**, adalah *al-Qalb*. Dalam arti pertama *al-Qalb al-Jasmani* atau *al-lahm al-Sanaubari*, yaitu organ khusus yang berbentuk seperti jantung pisang yang terletak di dalam dada sebelah kiri (jantung). *Al-Qalb* dalam pengertian ini erat hubungannya dengan ilmu kedokteran dan tidak menyangkut maksud-maksud agama serta kemanusiaan. *Al-Qalb* dalam artian pertama ini juga ada pada hewan. Sedang *al-Qalb* dalam arti kedua, adalah menyangkut

---

<sup>46</sup>Ibid., *Permata al-Qur'an*, Saduran Saifullah Mahyuddin dari Jawahir al-Qur'an (Jakarta: Rajawali, 1985), 105, 144, 162-163 dan 200.

<sup>47</sup>Ibid., *Ihya' 'Ulum al-Din*, Juz 8 (Beirut: Dar al-Fikr, 1980), 4-5. Lihat pula *Sharah Ihya' 'Ulum al-Din* oleh Badawi tabanah, juz III, (Kairo: Dar al-Ulum, tt), 7

<sup>48</sup>*Sharah Ihya'*, 3-5.

jiwa yang bersifat halus, ruhaniah, ketuhanan, yang mempunyai hubungan dengan *al-Qalb al-Jasmani*. *Al-Qalb* dalam pengertian yang kedua inilah yang merupakan hakikat dari manusia, karena sifat dan keadaannya yang bisa menerima, berkemauan, berfikir, mengenal, dan beramal serta menjadi sasaran perintah, hukuman, cela dan tuntutan Tuhan.

**Kedua**, adalah *Al-Ruh* yang dalam pengertian pertama berarti pula jism yang latif, dan bersumber di dalam *al-Qalb al-Jasmani* (kalbu jasmani). Dengan kata lain, dapat dikatakan ruh (sumber kehidupan) yang memancar ke seluruh tubuh melalui urat nadi manusia. Pancaran cahayanya membawa kehidupan kepada manusia, seperti ia dapat merasa, mengenal, dan berfikir. Ibaratnya seperti cahaya lampu yang menerangi seluruh rumah, maka begitu juga cahaya kehidupan yang dihasilkan oleh ruh yang memancarkan sinarnya ke dalam tubuh. Dalam istilah kedokteran klasik, ruh dalam arti pertama ini disebut juga ruh jasmani yang halus yang terbit dari panas gerak *qalb*. Sedang dalam pengertian kedua, *al-Ruh* ini berarti pula ruhani atau spiritualitas manusia yang terpancar dari sinar Tuhan, yang memiliki daya rasa, kehendak, dan pikir, sebagaimana yang telah diterangkan dalam pengertian *al-Qalb* yang kedua.

**Ketiga**, adalah *Al-Nafs*. Dalam arti pertama ia ialah kekuatan hawa nafsu yang terdapat dalam diri manusia yang merupakan sumber bagi timbulnya akhlak tercela. Inilah pengertian nafsu yang dimaksud ahli tasawwuf umumnya. Jika mereka mengatakan: "Mari berjihad melawan hawa nafsu!", maka maksudnya ialah berjihad melawan kekuatan nafsu syahwat perut, *faraj*, dan marah yang merupakan sumber bagi timbulnya akhlak dan sifat tercela. Arti kedua dari *al-Nafs* ialah jiwa ruhani yang bersifat *latif*, *rabbaniyah*, dan *ruhaniyah*. *Al-Nafs* dalam pengertian kedua inilah yang merupakan hakikat dari diri manusia.

Dalam pada itu, *al-Nafs* dalam pengertian kedua di atas memiliki tiga sifat dan tingkatan yang berbeda, sesuai dengan perbedaan keadaannya masing-masing. Apabila *al-Nafs* memiliki ketenangan dan ketentraman dalam mengemban amanat Allah, dan tidak mengalami kegoncangan disebabkan tantangan yang ditimbulkan oleh hawa nafsu, maka disebutlah jiwa tersebut dengan *al-Nafs al-Mutma'innah* (jiwa yang tenang).

Selanjutnya bila *al-Nafs* tidak memiliki ketenangan yang sempurna, menjadi pendorong timbulnya hawa nafsu dan sekaligus juga penentang, maka disebutlah keadaannya dengan *al-Nafs al-Lawwamah*, yakni jiwa yang masih mau menyalahkan dirinya ketika lalai dalam mengingat Allah dan beribadat kepada-Nya.

Akhirnya, apabila *al-Nafs* menenggelamkan dirinya dalam kejahatan, mengikuti nafsu amarah, syahwat, perut, dan godaan setan, maka dinamakan *al-Nafs al-Ammarah* (jiwa yang jahat karena suka mendorong orang berbuat jahat). Nafsu yang suka menyuruh kepada kejahatan itu ialah *al-Nafs* dalam pengertian pertama yang memiliki sifat tercela. Pembagian *Al-Nafs* di atas menunjukkan bahwa kalaulah *al-Nafs* dalam pengertian pertama akan kembali ke hadirat Allah, maka *al-Nafs* dalam pengertian kedua dan ketiga tidak, karena keadaannya yang tidak tenang dan menyerupai sifat setan.

**Keempat**, adalah *al-'Aql*, yang juga memiliki dua makna. Makna pertama ialah ilmu tentang hakikat segala sesuatu. Dalam pengertian ini akal dapat diibaratkan sebagai sifat ilmu yang bertempat di jiwa (*al-Qalb*). Jadi, pengertian akal pada tingkat pertama ini ditekankan pada ilmu dan sifatnya. Akal dalam pengertian kedua adalah akal ruhani yang memperoleh ilmu pengetahuan itu sendiri (*al-Mudrik li al-'Ulum*). Akal itu tidak lain adalah jiwa (*al-Qalb*) yang bersifat *latif, rabbaniyah*, dan *ruhaniyah* yang merupakan hakikat dari diri manusia.

Berangkat dari uraian di atas dapat dikatakan bahwa istilah *al-Qalb*, *al-Ruh*, *al-Nafs*, dan *al-'Aql* dalam pengertian pertama berbeda, dan dalam pengertian kedua banyak memiliki kesamaan. Dalam pengertian pertama *al-Qalb* berarti *al-Qalb al-Jasmani* (kalbu jasmani), *al-Ruh* yang bersifat ruh jasmani dan *latif*, *al-Nafs* yang berarti hawa nafsu dan sifat pamarah, serta *al-'Aql* yang berarti ilmu. Istilah-istilah ini dalam arti pertama dapat dikatakan sebagai wilayah pembahasan ilmu Jiwa (Psikologi), Sedangkan dalam pengertian kedua, keempat istilah itu bersamaan artinya, yakni jiwa atau spiritualitas manusia yang bersifat *latif, rabbaniyah*, dan *ruhaniyah* yang merupakan hakikat diri manusia. Oleh karena itu manusia dalam pengertian pertama (fisik) tidak kembali kepada Allah, dan dalam pengertian kedua (jiwa) diharapkan kembali kepada-Nya. Pengertian ini belum terjamah oleh ilmu Psikologi.



Untuk dapat lebih memahami keberadaan keempat istilah di atas, khususnya jiwa dalam pengertian kedua, al-Ghazali membuat satu ilustrasi dengan mengibaratkan manusia dengan sebuah kerajaan. Sebagai kerajaan, rajanya adalah jiwa, wilayahnya adalah tubuh, alat indera dan fakultas badan lainnya sebagai tentaranya. Akal sebagai *wazir*, serta hawa nafsu dan sifat marah sebagai polisinya. Raja dan *wazir* selalu berusaha membawa manusia ke jalan yang baik dan diridhai Allah. Sebaliknya hawa nafsu dan sifat marah selalu pula mengajak manusia ke jalan yang sesat dan dimurkai Allah. Demi terciptanya ketenangan dan kebahagiaan dalam kerajaan (diri manusia), maka kekuasaan raja dan *wazir* harus berada di atas kekuasaan hawa nafsu dan sifat marah. Kalau sebaliknya yang terjadi, pertanda kerajaan itu akan runtuh dan binasa.<sup>49</sup>

Dari ibarat di atas, semakin jelaslah dalam pengertian yang kedua merupakan hakikat, diri, dan zat manusia karena fungsinya besar dalam kehidupan, dan di atasnyalah tergantung nasib baik dan buruknya manusia di dunia dan akhirat. Ibarat kerajaan atau kendaraan, jiwa adalah raja atau pengemudi yang amat menentukan keselamatan atau kesengsaraan rakyat atau penumpangnya.

Lebih lanjut, sebagaimana Ibnu Sina, al-Ghazali membagi fungsi dan spiritual manusia itu dalam tiga bagian,<sup>50</sup> yaitu:

1. Jiwa tumbuh-tumbuhan yang mempunyai tiga daya; daya makan, daya tumbuh, dan daya berkembang biak.
2. Jiwa binatang yang mempunyai daya gerak, pindah dari tempat ke tempat yang lain, dan daya menangkap dengan pancaindra yang terbagi dua: (a). indra luar, yaitu pendengaran, penglihatan, rasa dan raba, dan (b) indra dalam yang berada di otak dan terdiri dari:

---

<sup>49</sup>Ibid., 6-7.

<sup>50</sup>Pembagian fungsi-fungsi jiwa ini kelihatannya tidak jauh berbeda dengan pembagian yang dikemukakan Ibn Sina, Lihat Hasan Langgulung, *Beberapa Pemikiran Tentang Pendidikan Islam* (Bandung: al-Ma'arif, 1980), 110-112, dan Harun Nasution, *Falsafat Dan Mistisisme Dalam Kontekstualisasi Doktrin Islam dalam Sejarah*, 35-37, walau ada perbedaan mungkin pada pembagian akal teoritis.

- i. Indra bersama yang menerima kesan-kesan yang diperoleh pancaindra.
  - ii. Indra representasi (penggambar) yang menyimpan segala apa yang diterima indra bersama.
  - iii. Indra imajinasi (pereka) yang menyusun apa yang disimpan dalam representasi.
  - iv. Indra estimasi (penganggap) yang menangkap hal-hal abstrak yang terlepas dari materinya.
  - v. Indra rekoleksi (pengingat) yang menyimpan hal-hal abstrak yang disusun oleh estimasi.
3. Jiwa manusia, yang mempunyai hanya satu daya, yaitu berfikir yang disebut akal. Akal terbagi dua, yaitu: (a) Akal praktis, yang menerima arti-arti yang berasal dari materi melalui indra mengingat yang ada dalam jiwa binatang. Dan (b) Akal teoritis, yang menangkap arti-arti murni yang tak pernah ada dalam materi dan bersifat abstrak seperti Tuhan, roh dan malaikat. Akal teoritis ini terbagi menjadi beberapa tingkatan, yaitu:
- i. Akal material, yang baru mempunyai potensi untuk berfikir dan belum dilatih walaupun sedikit.
  - ii. Intellectus in habitu (*al-'Aql bi al-Malakah*) yang telah mulai dilatih untuk berfikir hal-hal yang abstrak.
  - iii. Akal aktif (*al-Aql bi al-Fi'il*) yang telah dapat berfikir tentang hal-hal abstrak.
  - iv. Acquired intellect (*al-'Aql al-Qudsi*) yang telah sanggup berfikir tentang hal-hal abstrak dengan tak perlu lagi adanya upaya, karena akal dalam hal ini sudah terlatih. Akal inilah yang dapat menerima limpahan ilmu dari akal aktif (*al-'Aql al-Fa'al*).

Demikian pembagian fungsi-fungsi jiwa tumbuh-tumbuhan, hewan, dan manusia menurut al-Ghazali. Dalam hubungannya dengan semua ciptaan Tuhan di dunia, manusia adalah sebagai makhluk Allah yang sempurna bila dibandingkan dengan makhluk lain yang tidak memiliki paham spiritualitas dalam hidupnya. Dari paparan di atas dapat dipahami, bahwa pandangan al-Ghazali mengenai jiwa manusia merupakan pandangan dikhotomis. Hal ini dapat dilihat pada pembagian jiwa yang

diajukan di atas, dimana manusia di samping mempunyai jiwa immaterial yang berhubungan dengan hal-hal abstrak, juga mempunyai jiwa material yang mempunyai fungsi-fungsi fisik. Tegasnya, jiwa adalah berupa substansi sekaligus berupa bentuk; substansi dalam dirinya dan bentuk dalam hubungannya dengan tubuh.

Dengan demikian, sebagai substansi yang mandiri, jiwa manusia merupakan satu unit yang mempunyai wujud tersendiri, yang diciptakan Tuhan setiap ada janin yang siap untuk menerima jiwa. Jiwa inilah yang mengontrol aktifitas-aktifitas tubuh dan sekaligus sebagai pemandunya. Namun demikian jiwa juga berhajat pada tubuh, karena tubuhlah yang menolong jiwa manusia dengan dayanya (akal) untuk memperoleh konsep-konsep dan ide-ide alam sekelilingnya.

Dari sini dapat dipahami, bahwa ditekankannya unsur jiwa dalam konsepsi al-Ghazali tentang manusia sama sekali tidaklah berarti ia mengabaikan unsur jasmani manusia. Unsur ini juga ia pentingkan karena ruhani sangat memerlukan jasmani dalam melaksanakan kewajibannya beribadat kepada Allah dan menjadi *khalifah*-Nya di bumi. Seseorang tidak akan mungkin sampai kepada Allah dan beramal dengan baik dan sempurna selama jasmaninya tidak sehat. Kehidupan jasmani yang sehat merupakan jalan kepada kehidupan ruhani yang baik. Dengan menghubungkan kehidupan jasmani dengan kehidupan dunia, ia mengatakan bahwa dunia ini merupakan ladang bagi kehidupan akhirat, dan merupakan salah satu penyebab turunnya petunjuk Allah. Oleh karena kehidupan dunia (jasmani) tangga bagi kehidupan akhirat (ruhani), maka memelihara, membina, mempersiapkan, dan memenuhi keperluan jasmani agar tidak binasa adalah juga perlu (wajib).

Sungguhpun al-Ghazali mengatakan, bahwa wujud dan hakikat jiwa jauh berbeda dengan wujud dan hakikat badan, maka hal ini tidaklah berarti bahwa antara keduanya tidak terdapat hubungan yang saling mempengaruhi. Antara keduanya terdapat hubungan yang saling mempengaruhi yang terjadi melalui *al-Ruh*. Jiwa harus berhubungan dengan badan karena manusia adalah makhluk metafisik. Sebab itulah, ia mengibaratkan manusia sebagai sebuah kerajaan atau kendaraan yang sedang berjalan yang menghendaki keseimbangan dalam perjalanannya. Katakanlah seperti raja dengan kerajaannya, begitu juga jiwa dengan

badan. Warga kerajaan seperti daya-daya jiwa bekerja sama semuanya di bawah satu perintah raja, dan sebagai rakyat dan tentara mereka melakukan tugasnya sesuai perintah.

Oleh sebab itu, menurutnya, jiwa dan tubuh mempunyai hubungan yang erat dan saling bekerja sama tanpa terputus selama hidup di dunia. Jika jiwa tidak ada, maka tubuh tidak dapat digambarkan adanya, sebaliknya tidak mungkin ada jiwa kecuali materi tubuh yang mempersiapkannya pun harus ada. Akan tetapi ketika jiwa sudah sampai kepada kesempurnaan, hubungan antara jiwa dan tubuh menjadi renggang, jiwa tidak berhajat lagi pada tubuh, bahkan tubuh bisa menjadi penghalang baginya dalam menangkap arti-arti murni. Kesempurnaan jiwa ini bisa dicapai setelah daya yang dimiliki (akal) mampu menangkap arti-arti murni yang dipancarkan Tuhan melalui akal kesepuluh ke bumi, sehingga ia sudah berada pada tingkat terlatih (*al-'Aql al-Mustafad*)<sup>51</sup>, yakni akal yang telah sanggup berfikir tentang hal-hal abstrak tanpa diperlukan lagi adanya usaha untuk mencapainya, karena ia telah mendapat limpahan ilmu dari akal aktif (*al-'Aql al-Fa'al*).

Kalau al-Ghazali dalam uraian di atas menekankan unsur kejiwaan dalam konsepsinya tentang manusia, maka pandangannya itu dapat pula berarti bahwa inti dari kehidupan manusia itu terletak pada unsur spiritual atau kejiwaannya. Oleh karena itu, tidak mengherankan kalau dalam pemikiran dan perjuangan hidupnya, ia sangat menaruh perhatian besar pada soal kebahagiaan dan kesempurnaan jiwa serta ketinggian akhlak dan kekuatan spiritual manusia.

Dalam rangka menyempurnakan derajat jiwa manusia, al-Ghazali menggunakan terma *tazkiyat al-Nafs*, yang menurutnya berarti pula *takhliyat al-Nafs* dan *tahliyat al-Nafs*, yang dapat dipandang sebagai bentuk usaha penyesuaian diri dalam ilmu kesehatan mental. Arti *takhliyat al-Nafs* adalah usaha penyesuaian diri melalui pengosongan diri dengan sifat-sifat tercela, dan *tahliyat al-Nafs* adalah usaha penghiasan diri dengan akhlak dan sifat terpuji. Kedua permasalahan ini banyak dibicarakan al-Ghazali dalam *rub'u al-muhlikah* dan *rub'u al-munjiyah* yang sarat berisikan pemikiran kejiwaan

---

<sup>51</sup>Harun Nasution, "Filsafat Islam" dalam *Kontekstualisasi Doktrin Islam Dalam Sejarah* (Jakarta: Paramadina, 1995), 152.

dan spiritual dalam Islam. *Rub'u al-muhlikah* berisikan uraian mengenai masalah-masalah kejiwaan yang membawa kepada kegoncangan, ketidak tentraman batin, dan gangguan kejiwaan (*amrad al-Nufus*). Sedang *rub'u al-munjiyah* berisikan uraian tentang masalah pengobatan dan pembinaan jiwa (*tibb mu'ajalat al-Qulub*)<sup>52</sup>.

Bila ditelusuri lebih dalam lagi, wawasan *tazkiyat al-Nafs* dalam *Ihya'* al-Ghazali sangatlah relevan untuk dipergunakan dalam konsep pembinaan mental-spiritual, pembentukan jiwa, atau penjiwaan hidup dengan nilai-nilai agama Islam. Karena kalau sufi dalam aliran tasawwuf menempuh tiga jalan untuk sampai dekat kepada Allah, yakni (1) mengosongkan jiwa dari sikap tercela, (2) mengisi jiwa dengan berbagai sifat terpuji, dan (3) periode *shuhud* dan *thabat* pada hadirat Allah,<sup>53</sup> maka al-Ghazali juga menempuh ketiga metode (jalan) tersebut. Hanya baginya periode ketiga lebih merupakan hal yang mendatang sifatnya. Maksudnya periode ketiga akan datang sendiri, kalau periode pertama dan kedua akan terus berjalan dengan baik dan dibina dengan ajaran ibadat dan al-'adat.

Periode pertama terdapat dalam ajarannya tentang *rub'u al-Muhlikah* dan periode kedua dalam *rub'u al-Munjiyah*. Sedangkan periode ketiga diterangkan dalam kitab latihan kejiwaan. Dalam kitab tersebut ia menjelaskan bahwa *riyadat al-Nafs* (pelatihan jiwa), *tahdhib al-Akhlak* (pendidikan akhlak), dan *mu'ajalat amrad al-Qalb* (pengobatan jiwa) adalah bertujuan agar orang dapat bermushahahadah dengan Allah, dan mendekatkan diri kepada-Nya secara terus menerus. Apabila hati sudah dekat dengan Allah dan tetap bersama-Nya, niscaya terbuka lah baginya cahaya kebenaran, dan lahir dalam hatinya sifat kebaikan Allah. Inilah yang dinamakan *al-Kashf*, dimana jiwa dapat menikmati kelezatan dan kebahagiaan yang tertinggi dengan Allah.<sup>54</sup> Dengan demikian, konsep *tazkiyat al-Nafs* bagi al-Ghazali tidak saja dimaksudkan sebagai *metode takhliyat al-Nafs dan tahliyat al-Nafs*, tetapi juga meliputi *tajalli* diri dalam bermushahahadah, bertaqarrub dan berdhikir kepada Allah. Dengan kata lain, konsep itu juga dimaksudkan sebagai *wasilah* mencapai *al-mukashafah*

---

<sup>52</sup>Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din*, Juz 8, 4-5.

<sup>53</sup>Lihat Komaruddin Hidayat, "Manusia Dan Proses Penyempurnaan Dirinya," Dalam *Kontekstualisasi Doktrin Islam Dalam Sejarah* (Jakarta: Paramadina, 1994), 191.

<sup>54</sup>Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din*, Juz 8, 137, 141-142.

bagi keagungan Allah, tajalli diri untuk memperoleh nur serta kebenaran-Nya, dan *shuhud* bagi keindahan wajah-Nya, disamping pengembangan fitrah yang dimiliki manusia dengan ajaran *al-'Ibadat*, *al-'Adat*, *al-Muhlikah* dan *al-Munjiyah*.

Dalam kitab latihan kejiwaan, al-Ghazalipun memasukan konsep *tazkiyat al-Nafs* sebagai metode pembinaan mental dan pendidikan akhlak yang bertujuan untuk membentuk *kei'tidalan* dan kebagusan akhlak, serta kesehatan jiwa/mental (*shihhiyat al-Nafs*).<sup>55</sup> Jiwa yang sehat umumnya bersumber dari akhlak terpuji, sebaliknya jiwa yang sakit bersumber pula dari akhlak tercela. Selanjutnya akhlak terpuji merupakan sifat dan amal utama para rasul dan al-Siddiqin. Sebaliknya akhlak tercela merupakan sifat dan pekerjaan setan dan menjauhkan orang dari Allah. *Kei'tidalan* dan kebagusan akhlak, serta kesehatan jiwa tersebut antara lain dapat pula dicapai dengan menjaga *kei'tidalan* kekuatan akal, kesempurnaan hikmat, *kei'tidalan* kekuatan marah dan hawa nafsu, serta ketaatan kedua kekuatan ini kepada akal dan agama.<sup>56</sup> Dengan demikian kesempurnaan dan kebahagiaan jiwa bisa diperoleh melalui *tazkiyat al-Nafs*.

*Kei'tidalan* kekuatan akal, nafsu dan sifat marah, kesempurnaan hikmat, serta ketaatan nafsu dan marah kepada akal dan agama yang menjadi landasan (syarat) bagi pembentukan *kei'tidalan* dan kebagusan akhlak, serta kesehatan jiwa tersebut menurut al-Ghazali dapat berhasil dengan menempuh dua jalan sebagai berikut:

1. Dengan karunia Allah dan kesempurnaan fitrah yang telah didapat seseorang dari Allah. Maksudnya Allah sudah melahirkan dan menjadikannya dengan akal sempurna, akhlak yang mulia, serta kekuatan marah dan nafsu yang *i'tidal* dan taat kepada akal dan agama. Orang yang semacam ini dapat saja menjadi *'alim* tanpa belajar. Contohnya adalah para nabi dan rasul Allah, seperti Isa AS. Yahya AS., dan Muhammad SAW. Sungguhpun demikian usaha untuk melengkapi kesempurnaan fitrah bagi mereka tidak pula tertutup melalui proses pendidikan dan pengajaran.

---

<sup>55</sup>Ibid., 105-109.

<sup>56</sup>Ibid.

2. Diusahakan dengan *mujahadat*, *riyadat al-Nafs*, dan *tahdhib al-Akhlak*. Metode ini antara lain dapat dilakukan dengan penanaman adat kebiasaan yang baik, *takhliyat al-Nafs*, *tahliyat al-Nafs*, dan pendidikan watak dan tabiat.<sup>57</sup>

Demikianlah beberapa metode yang bercorak spiritual-religius dan bertujuan untuk meningkatkan kualitas pribadi mendekati citra insan ideal. Dari paparan beberapa metode di atas dapat dipahami, bahwa hidup ini, dalam sudut pandang kesufian, merupakan pergulatan yang terus menerus dengan dirinya sendiri. Pengenalan diri, dengan demikian, adalah tangga yang harus dilewati seseorang untuk mendaki ke jenjang yang lebih tinggi dalam rangka mengenal Tuhannya. Keberanian untuk melakukan penggeledahan dan interogasi diri merupakan inti keberagamaan yang akan menghantarkan diri seseorang kepada derajat yang terus meningkat dari satu tingkat (*maqam*) tertentu ke tingkat ruhani berikutnya yang lebih tinggi.

Kemampuan al-Ghazali untuk mengungkap konsepsi manusia dan dimensi spiritualnya telah melahirkan decak kekaguman para ahli dalam berbagai disiplin ilmu. Berkenaan dengan hal itu, suatu hal yang wajar bila kemudian Hasan langgulung memandang premise-premise yang diajukan al-Ghazali mengenai jiwa erat hubungannya dengan ilmu jiwa (psikologi), bahkan ia sampai pada suatu kesimpulan bahwa al-Ghazali adalah seorang “Psikolog Muslim terbesar”.<sup>58</sup> Dalam pada itu, Zakiyah Darajat mengatakan pula bahwa kalau dikaji ajaran Islam mengenai kejiwaan, maka hasil dari pengkajian itu nanti akan sampai pada kesimpulan bahwa al-Ghazali adalah tokoh penting dalam ilmu jiwa atau “Psikolog Agung”, yang karya-karyanya tentang ilmu jiwa bersumberkan kepada al-Qur’an dan hadith.<sup>59</sup>

Sampainya kedua ahli jiwa ini kepada kesimpulan tersebut, sama sekali tidak bisa dipisahkan dari ketinggian konsepsi al-Ghazali tentang manusia dan kekuatan spiritualnya, serta pendapatnya tentang jiwa sebagai ilmu tingkah laku, tetapi menganggapnya sebagai ilmu yang mencakup seluruh aspek kehidupan manusia. Dalam hal ini aspek ketuhanan (agama) dan spiritualitas juga mencakup bagian ilmu jiwa di samping ilmu akhlak.

---

<sup>57</sup>Ibid., 137, 141-142.

<sup>58</sup>Hasan Langgulung, *Beberapa Pemikiran Tentang Pendidikan Islam*, 110-112.

<sup>59</sup>Zakiyah Darajat, “Aspek-aspek Psikologi Dalam Karya al-Ghazali”, Makalah disampaikan pada Simposium Tentang al-Ghazali yang diselenggarakan oleh BKS Perguruan Tinggi Islam Swasta se-Indonesia (Jakarta, 26 Januari 1985), 8.

Dengan demikian tidak dapat dipungkiri, bahwa ajaran Islam pada dasarnya memiliki hubungan yang erat dan mendalam dengan ilmu psikologi dalam soal pendidikan akhlak dan pembinaan mental spiritual. Keduanya sama-sama bertujuan untuk mencapai kesejahteraan jiwa dan ketinggian akhlak manusia. Kerasulan Muhammad SAW. bila ditinjau dari pandangan kependidikan dan kejiwaan secara luas, bertujuan untuk mendidik dan mengajar manusia, membersihkan dan mensucikan jiwanya, memperbaiki dan menyempurnakan akhlaknya, serta membina kehidupan mental spiritualnya. Oleh karena itu, mengangkat pemikiran tasawwuf, yang mementingkan kehidupan mental spiritual, dalam menyembuhkan penyakit-penyakit psikologis manusia modern dewasa ini sangatlah diperlukan.

### **C. Tasawuf al-Ghazali Dan Kesehatan Mental**

Ada tiga langkah (metode) yang ditempuh orang dalam mencapai kesehatan mental, yakni pengobatan, pencegahan, dan pembinaan. Langkah pengobatan ialah usaha yang ditempuh untuk menyembuhkan dan merawat orang yang mengalami gangguan dan sakit kejiwaan, sehingga ia dapat menjadi sehat dan wajar kembali.

Langkah pencegahan adalah metode yang digunakan untuk menghadapi diri sendiri dan orang lain, guna meniadakan atau mengurangi terjadinya gangguan kejiwaan sehingga ia dapat menjaga dirinya dan orang lain dari kemungkinan jatuh kepada kegoncangan dan ketidak tentraman batin. Usaha ini, di samping usaha pribadi seseorang, juga termasuk usaha pemerintah dan masyarakat dalam memperbaiki dan mempertinggi sistem kebudayaan dan peradaban.

Langkah pembinaan di samping bertujuan untuk menjaga kondisi mental yang sudah baik, juga meliputi cara yang ditempuh orang untuk meningkatkan rasa gembira, bahagia dan kemampuannya dalam mempergunakan segala potensi yang ada seoptimal mungkin seperti apa yang dilakukan orang dalam memperkuat ingatan, fantasi, kemauan, dan kepribadiannya.

Pada umumnya, langkah kesehatan mental di atas ditempuh pula dalam tasawwuf al-Ghazali. Misalnya langkah pengobatan jelas kelihatan pada arti *tazkiyat al-Nafs* itu sendiri, sebagai pengobatan jiwa (*tibb al-Qulub* atau *'alaj* dan



*Islah*). Sedang langkah pencegahan dan pembinaan banyak terdapat dalam *rub'u al-'Ibadah*, *rub'u al-'Adat* dan *rub'u al-Munjiyah*.<sup>60</sup> Bagaimana peranan tasawwuf al-Ghazali dalam kesehatan mental dari segi pengobatan, pencegahan, dan pembinaan ini akan diuraikan berikut ini.

Yang pertama, dalam *ru'bu al-Muhlikah* orang diminta untuk mengenal jiwanya (*ma'rifat al-Qalb*), karena mengenalnya adalah pokok agama dan jalan orang menuju Allah. Jiwalah yang mengenal, bekerja, berjalan dan mendekat kepada Allah, serta jiwa pula yang membuka apa yang ada di sisi-Nya. Jiwalah yang taat atau durhaka kepada Allah, serta jiwa pula yang diterima atau ditolak-Nya. Jiwa yang memperoleh kemenangan (*al-Falah*) apabila ia menyucikan dirinya, sebaliknya, jiwa pula yang merasakan kebinasaan (*al-Fasad*) apabila ia mengotori dirinya. Selanjutnya, jiwa pula yang menyebabkan manusia jatuh lebih hina daripada setan, atau sebaliknya, jiwa pula yang menyebabkan manusia naik lebih tinggi daripada malaikat. Apabila manusia mengetahui jiwanya, maka ia akan mengenal dirinya (*'arafa nafsahu*) dan mengenal Tuhannya (*'arafa rabbahu*). Kalau manusia tidak mengenal jiwanya, maka ia tidak mengenal dirinya, tidak mengenal Tuhannya, dan tidak mengenal orang lain,<sup>61</sup> serta mengenal alam lingkungannya. Pendeknya, hakikat manusia itu adalah jiwa atau mental spiritualnya.

Sesudah orang mengenal jiwanya, selanjutnya ia diminta pula untuk mengenali sifat-sifat yang membinasakan (*al-Muhlikah*) dan sifat-sifat yang menyelamatkan (*al-Munjiyah*) yang berlaku pada jiwa (*amrad al-Qulub*), karena sifatnya yang membinasakan jiwa, sedang *al-Munjiyah* merupakan pengobatan penyakit jiwa (*tibb al-Qulub*), karena sifatnya yang menyelamatkan jiwa. Orang harus mengosongkan dirinya (*takhliyat al-Nafs*) terhadap hal yang *al-Munjiyah*.<sup>62</sup> Dengan kata lain, orang harus mengobati penyakit hatinya atau mengubah sifatnya yang buruk dengan sifat yang baik, serta menumbuhkembangkan kepribadian dan kondisi kesehatan mentalnya.

Misalnya penyakit jiwa yang disebabkan oleh berkuasanya nafsu syahwat (*faraj* dan perut), harus diobati dengan cara berlapar, haus, diet, dan berpuasa. Penyakit jiwa yang disebabkan oleh bahaya lisan, seperti berlebihan dalam bicara, antara lain dapat diobati dengan sifat diam. Penyakit jiwa yang

---

<sup>60</sup>Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din*, 88-89.

<sup>61</sup>Ibid, Juz 8, 4-5.

<sup>62</sup>Ibid., 109-113.

disebabkan oleh marah, dengki, dan iri, dapat diobati oleh, antara lain, dengan menahan marah, pemaaf, *halim* (lemah lembut), dan berbuat ihsan. Penyakit jiwa yang disebabkan oleh cinta duniawi, dapat diobati dengan hidup secara wajar, sederhana, dan mencintai kehidupan akhirat. Penyakit jiwa yang disebabkan oleh celaan harta dan kikir, dapat diobati dengan sifat ikhlas, *mujahadah* terhadap hawa nafsu, *wara'*, *zuhud*, *tawadu'*, malu dan *khumul* (tidak gandrung kepada kemewahan dan keriaan). Penyakit jiwa yang disebabkan oleh *takabur* dan *ujub* (sombong), dapat diobati dengan sifat *tawadu'*, *khushu'*, ilmu dan syukur. Penyakit jiwa yang disebabkan oleh lalai (*al-Ghaflat*), dapat diobati dengan ingat (zikir). Penyakit jiwa yang disebabkan oleh buruk sangka, dapat diobati dengan baik sangka. Akhirnya, penyakit jiwa yang disebabkan oleh *ghurur* (berpikiran yang bukan-bukan), dapat diobati dengan kecerdasan dan kefatmahan akan serta ketajaman mata hati.<sup>63</sup>

Dengan ajaran *takhliyat al-Nafs* dan *tahliyat al-Nafs* orang dapat memperoleh *ke'tidalan* dalam berakhlak, keseimbangan (*al-wast*), ketenangan jiwa (*al-Nafs al-Mutmainnah*), kebahagiaan, kesempurnaan, dan kesehatan jiwa (*shihhiyat al-Nafs*), serta ketaatan dalam beramal saleh dan pengendalian hawa nafsu.<sup>64</sup> Karena *takhliyat al-Nafs* dan *tahliyat al-Nafs* adalah hakikat kehidupan manusia yang tinggi dalam Islam.

Apabila ditinjau dari segi kesehatan mental, maka ajaran yang terdapat dalam *rub'u al-Muhlikah* berfungsi dalam pengobatan, pencegahan, dan pembinaan. Dalam perawatan kejiwaan, terdapat hubungan yang sangat erat antara kesehatan mental dan moral (akhlak). Moral adalah salah satu realisasi dari kondisi mental. Seorang yang bermental sehat, otomatis dapat diperkirakan moralnya akan baik, karena gangguan kejiwaan akan terpantul dan tampak dengan jelas pada moral dan tingkah laku. Baik ilmu jiwa maupun akhlak, sama-sama memandang, bahwa kejahatan sebagai kemerosotan moral yang dapat mengganggu kesehatan mental, dan kebaikan sebagai kemuliaan akhlak yang dapat menentramkan jiwa. Misalnya sifat sombong, takabur, 'ujub, dan ria adalah sifat-sifat yang dapat membuat jiwa dan orang lain merana. Sebaliknya kasih sayang, empati, pemaaf, toleran, rendah hati, sopan dan setia adalah sifat-sifat yang dapat membuat jiwa dan orang lain bahagia. Oleh karena itu, salah satu tujuan dari perawatan kejiwaan

---

<sup>63</sup>Ibid.

<sup>64</sup>Ibid., 89, 112, 176 dan 181.

adalah membantu penderita membebaskan dirinya dari sifat-sifat yang negatif dan memenuhinya dengan sifat-sifat yang positif. Dengan demikian, orang dapat memperoleh ketenangan jiwa dan kesehatan mental (kesembuhan).<sup>65</sup>

Apabila *rub'u al-Muhlikah* merupakan ajaran *takhliyat al-Nafs* dan *tahliyat al-Nafs*, maka orang yang menderita dapat membebaskan dirinya dari moral yang jahat, dan memenuhinya dengan moral yang baik, sesuai dengan ajarannya. Dengan demikian, dengan *takhliyat al-Nafs* dan *tahliyat al-Nafs*, orang dapat memperoleh ketenangan dan ketentraman jiwa, karena ia merasa terbebas dari masalah-masalah kejiwaan. Apabila orang dapat melakukan proses *takhliyat al-Nafs* dan *tahliyat al-Nafs* dalam dirinya dengan baik dan jujur, serta dapat merasakan keburukan sifat *al-Muhlikah* dan kemuliaan sifat *al-Munjiyah*, maka ia dapat menjadikan ajaran yang terdapat dalam *rub'u al-Muhlikah* sebagai diagnostik dan pengobatan bagi gangguan dan penyakit kejiwaannya.

Kalau dengan ajaran *al-Muhlikah* dapat diperoleh ketenangan dan ketentraman jiwa, maka setiap kali orang melakukan *takhliyat al-Nafs* dan *tahliyat al-Nafs*, berarti setiap kali itu pula ia memperoleh ketenangan dan ketentraman batin. Bila orang sering melakukannya, maka bebaslah dirinya dari moral yang jahat, berubah menjadi orang yang penuh dengan sifat yang baik. Dengan demikian, orang dapat dijaga dan dicegah dari penyebab gangguan kejiwaan.

Dalam fungsi pembinaan, setiap kali orang mengadakan *takhliyat al-Nafs* dan *tahliyat al-Nafs*, maka berarti setiap kali itu pula ia membina dirinya dengan ketenangan dan ketentraman jiwa. Semakin sering orang melakukan proses *takhliyat al-Nafs* dan *tahliyat al-Nafs*, semakin bersihlah jiwanya dari sifat yang jahat, dan semakin baik dan bahagialah hidupnya, serta semakin dekatlah akhlaknya kepada akhlak Allah dan rasul-rasul-Nya. Kalau proses *takhliyat al-Nafs* dan *tahliyat al-Nafs* berjalan dengan baik dalam kehidupan spiritualitas atau keruhanian manusia, maka selanjutnya sampailah ia pada tingkatan *tajalli*. *Tajalli* dalam paham spiritual yang dimiliki kaum sufi, di mana dengan sampainya orang di tingkat itu, terbuka baginya selubung keghaiban, serta teranglah kebenaran yang diperlihatkan Allah kepadanya.

---

<sup>65</sup>Zakiah Daradjat, *Membina Nilai-nilai Moral di Indonesia* (Jakarta: Bulan Bintang, 1971), 50-57.

Dari uraian ini dapat dikatakan bahwa konsep atau wawasan *tazkiyat al-Nafs* menurut al-Ghazali dalam bukunya *Ihya'ulum al-Din* memiliki relevansi yang erat dengan usaha kesehatan mental. Peranannya dalam kesehatan mental tidak hanya bersifat kuratif, akan tetapi juga bersifat preventif dan konstruktif. Fungsinya tidak saja ada pembinaan dan pengembangan hubungan jiwa manusia dengan Allah (ibadat), akan tetapi juga meliputi pembinaan dan pengembangan keharmonisan hubungan jiwa manusia dengan masyarakat dan lingkungannya (*al-'adat*), serta keharmonisan hubungan manusia dengan dirinya sendiri (*al-Muhlikah* dan *al-Munjiyah*). Oleh karena itu, misi *tazkiyat al-Nafs* tidak saja menjadi rahmat bagi orang-orang yang mengalami gangguan jiwa, akan tetapi juga menjadi rahmat bagi orang-orang yang ingin mencegah dirinya terjauh dari gangguan kejiwaan, dan bagi orang-orang yang mau meningkatkan taraf kondisi kesehatan mentalnya. *Tazkiyat al-Nafs* adalah metode pembinaan jiwa dan pendidikan akhlak yang efektif dan efisien dalam Islam,, karena sifatnya yang mulia bagi kesejahteraan mental manusia.

Di samping itu, dapat pula dikatakan, bahwa *tazkiyat al-Nafs* bisa dikembangkan lebih lanjut menjadi salah satu metode dalam psikoterapi, karena spiritualisasi Islam memiliki peranan yang besar dan tujuan yang tinggi dalam perawatan jiwa. Semua komponen (instrumen atau nilai) yang terdapat dalam spiritualisasi Islam dapat dijadikan kaidah dalam perawatan jiwa dan syarat bagi pengubahan pribadi. Kalau dalam perawatan jiwa, para ahli misalnya, memakai asas atau kaidah dosa dan rasa salah : pengakuan dan taubat, nilai sosial, nilai moral, ruhani (agama ) dan kesehatan badan,<sup>66</sup> maka semua kaidah itu juga digunakan oleh *tazkiyat al-nafs* dalam perawatan jiwa, bahkan mencakup lebih banyak lagi. Kalau dalam pengubahan pribadi atau dalam mengatasi konflik batin yang terjadi antara *al-Nafs al-Lawwamah* dan *al-Nafs al-Ammarah* orang memerlukan kode moral dan model dari orang yang bermoral,<sup>67</sup> maka dalam *tazkiyat al-Nafs*, kode moralnya adalah nilai-nilai yang terdapat dalam komponennya, sedangkan modelnya adalah Allah dan nabi Muhammad SAW. Orang dapat mencontoh akhlak dan sifat-sifat Allah dan

---

<sup>66</sup>Muhammad Salih Samak, *Ilmu Pendidikan Islam*, Terj. Wan Ammah dkk. (Kuala Lumpur; Dewan Bahasa dan Pustaka Malaysia, 1983), 198.

<sup>67</sup>Muhammad Fazl al-Rahman, *The Qur'anic Foundation and Structure of Muslim Society* (Pakistan; World Federations of Islamic Missions, 1973), 299-300.

Rasul-Nya sebatas kemampuan ia mencontohnya. Jiwa *zakiyah* dan pribadi taat (taqwa) yang ingin dibentuk oleh spiritualisasi Islam al-Ghazali maupun konsep kesehatan mental para psikoterapis modern adalah sama-sama bertujuan untuk membina kesejahteraan dan kesempurnaan jiwa manusia.

## BAB IV

# **DIMENSI SPIRITUAL MENURUT FRANKL DAN AL-GHAZALI; SEBUAH KOMPARASI**

Menelaah secara komparatif terhadap dua pemikiran merupakan suatu upaya ilmiah untuk meninjau berbagai perbedaan, kesamaan, dan kemungkinan pengembangan dari pemikiran yang ditelaah. Untuk itu, upaya ilmiah ini tidaklah mudah dilakukan, karena selain menuntut pemahaman yang mendalam mengenai aliran yang ditelaah, juga memerlukan persyaratan-persyaratan metodologis. Untuk itu, dalam telaah komparatif ini penulis menggunakan pendekatan yang benar-benar simplisistis, yakni menyederhanakan permasalahan dan alur pikir agar mudah dipahami. Akan tetapi, tentu saja, dengan sekuat tenaga penulis akan mengupayakan agar pembahasan tersebut tidak menjadi dangkal adanya.

Dari paparan materi pada bab II dan III, kiranya dapat ditarik kesimpulan bahwa pandangan Frankl dan al-Ghazali pada dasarnya berjumpa pada diri manusia itu sendiri. Perjumpaan yang tidak selalu berarti pertemuan. Karena disamping terdapat banyak persamaan, tinjauan kedua ranah tersebut pun memiliki banyak perbedaan. Adapun beberapa persamaan pemikiran antara Frankl dan al-Ghazali terlihat pada pandangan mereka dalam memaknai manusia yang memiliki citra yang positif, kualitas insani, manusia yang senantiasa dikungkungi oleh faktor instink/biologis, faktor untuk mencapai target dan hasrat untuk mencapai hidup bermakna.. Berikut ini paparan elaboratifnya:

### **A. Beberapa Persamaan antara Frankl dan Al-Ghazali tentang Dimensi Spiritual Manusia**

#### **1. Citra Manusia yang Positif**

Dalam memandang manusia, kedua tokoh tersebut sama-sama memiliki pandangan yang positif dengan citra yang baik. manusia dalam perspektif al-Ghazali adalah makhluk yang bermartabat tinggi, yang memiliki kapasitas intelektual luar biasa dengan kebebasan yang luas, serta perilakunya sangat menentukan berbagai peristiwa dalam kehidupan serta sosial memang harus diakui, baik secara filosofis dan agamis maupun secara

empiris. Hal tersebut sejalan dengan pandangan al-Qur'an tentang manusia - beberapa ayat al-Qur'an dapat dipaparkan disini; Tugas utama manusia sebagai khalifah di muka bumi,<sup>68</sup> Manusia diciptakan dengan bentuk raga yang sebaik-baiknya.<sup>69</sup> Rupa yang seindah-indahnya,<sup>70</sup> serta dilengkapi dengan berbagai organ psikofisik yang istimewa seperti pancaindera dan hati,<sup>71</sup> dan lain-lain--,

Citra positif manusia yang diartikulasikan al-Ghazali dari beberapa ayat suci al-Qur'an ini, <sup>72</sup> dalam beberapa hal paralel dengan gambaran manusia menurut Frankl. Karena dalam orientasi filsafat Frankl yang merujuk pada akar antroposentris, yaitu pandangan yang menempatkan manusia sebagai pusat dari segala pengalaman dan relasi-relasinya, dapat dipahami bahwa Frankl pun mempunyai pandangan yang menunjukkan harkat kemanusiaan yang digambarkan sangat wajar, human dan masuk akal. Manusia ditempatkan sebagai penentu utama semua peristiwa yang menyangkut masalah manusia dan kemanusiaan.<sup>73</sup> Pandangan ini mengangkat derajat manusia ke tempat yang paling tinggi; ia seakan-akan *causa prima* yang unik, pemilik akal budi yang sangat sehat, serta memiliki pula kebebasan penuh untuk berbuat apa yang dianggap baik bagi dirinya. Oleh karena itu, tak mengherankan bila manusia, dalam filsafat Frankl, lebih diberi kedudukan yang paling tinggi di antara makhluk-makhluk lainnya, atau dengan kata lain, manusia mendapat atribut kehormatan sebagai *the self determining being* maupun *the center of relatedness*.

Dari pandangan di atas jelas antara al-Ghazali dan Frankl memiliki pandangan yang sama. Mereka memandang manusia memiliki citra yang baik dan positif. Manusia dalam gambaran kedua tokoh tersebut adalah bukan makhluk pasif yang tanpa daya diombang-ambingkan dan ditarik

---

<sup>68</sup>“(Ingatlah) ketika Tuhanmu berfirman : Sesungguhnya Aku akan menjadikan seorang khalifah di atas bumi (Adam).” QS. *al-Baqarah*, 30.

<sup>69</sup>“Sesungguhnya kami ciptakan manusia dengan sebaik-baiknya bentuk.” QS. *al-Tin*, 4.

<sup>70</sup>“Dia menjadikan langit dan bumi dengan sebenar-benarnya dan membentuk rupamu, lalu dicantikkannya rupamu, dan kepada-Nya tempat kembali.” QS. *al-Taghabun*, 3.

<sup>71</sup>“Allah telah mengeluarkan kamu dari perut ibumu, sedang kamu tiada mengetahui suatu apapun; dan Dia adakan bagimu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bershukur.” QS. *al-Nahl*, 78.

<sup>72</sup>Imam al-Ghazali, *Mishkat al-Anwar*, Ed. Abu al-a'la al-afifi (tt.), 44.

<sup>73</sup>Frankl, *Man's Search For Meaning... Ibid.*, 155.

kian kemari oleh situasi dan kondisi lingkungan, melainkan sebagai makhluk yang benar-benar berdaulat dan dinamis, sekurang-kurangnya berdaulat atas dirinya sendiri, dalam mengatasi problematika kehidupan yang mengitarinya dan mengambil jarak atas insting-insting bawaan dan faktor-faktor lingkungan.

## 2. Manusia yang Diperlengkapi dengan Kualitas Diri.

Sebagaimana disebutkan di atas, manusia dalam perspektif al-Ghazali mengemban tugas disamping sebagai *'abdullah* (hamba Allah), dan juga sebagai *khalifah* di muka bumi.<sup>74</sup> Dalam posisinya menjalankan tugas kekhalifahannya dengan sebaik-baiknya, menurut al-Ghazali, manusia pasti telah diperlengkapi dengan potensi-potensi (sejumlah ciri) yang memungkinkannya dapat memikul tugas tersebut.<sup>75</sup> Ciri-ciri tersebut meliputi: manusia baik secara fitrah, mempunyai ruh, mempunyai kebebasan berkehendak, dan mempunyai akal. Berbagai kualitas diri inilah yang meniscayakan manusia untuk tampil memimpin bumi dan memiliki kelebihan di banding makhluk ciptaan Tuhan lainnya.

Begitupula pandangan Frankl dalam Logoterapinya, ia menggambarkan manusia sebagai makhluk dengan *spirituality* (keruhanian), *freedom* (kebebasan), *responsibility* (rasa tanggung jawab) sebagai karakteristik eksistensialnya.<sup>76</sup> Ini jelas berlainan dengan penggambaran manusia menurut aliran-aliran psikologi lain yang seakan-akan meruntuhkan kebanggaan, hartak, dan martabat manusia. Dimana kesemua aliran sebelumnya menunjukkan gambaran *human being* yang bercorak sub-human dan non-human, bahkan inhuman.<sup>77</sup>

---

<sup>74</sup> Lihat QS. *al-Baqarah*, 30.

<sup>75</sup> Imam al-Ghazali, *Mishkat al Anwar...Ibid.*

<sup>76</sup> Frankl, *The Doctor and The Soul...Ibid.*, 18-22.

<sup>77</sup> Aliran Behaviorisme, yang menggantungkan teorinya pada unsur lingkungan dan corak reaksi individu terhadap perubahan lingkungan, seringkali menempatkan dan mempersamakan manusia dengan hewan lainnya dalam uji coba atas lingkungan yang mengitarinya. Sedang aliran Psikoanalisis memandang manusia sebagai makhluk yang tidak dapat melepaskan diri dari kungkungan faktor-faktor tradisi dan insting/biologis, sehingga dengan demikian, ia menafikan kualitas-kualitas insani.



Lebih lanjut, Frankl pun menyebutkan, bahwa dalam kedudukan manusia menjadi (*becoming*), manusia tentu saja mempunyai asas-asas dan kualitas insani.<sup>78</sup> Manusia dapat menjalankan kehidupannya dengan sebaik-baiknya, karena manusia dilengkapi dengan sejumlah potensi-potensi yang memungkinkannya dapat memikul tugas tersebut. Potensi-potensi tersebut meliputi: manusia memiliki kreatifitas, aktualisasi diri, keberadaan dan kemungkinan menjadi (*being and becoming*), cinta kasih, kebebasan berkehendak, tanggung jawab, kemampuan memilih, hati nurani, makna hidup, pengalaman transendental dan lain-lain. Semuanya merupakan kualitas-kualitas insani (*human qualities*) yang menunjukkan kemampuan manusia untuk memandang dirinya sebagaimana adanya sekarang, dan mengarahkan serta memproyeksikan kepada hal-hal di luar dirinya dan kekinianya. Proses-proses dan kualitas-kualitas insani ini merupakan sifat azasi yang tak terpisahkan dari eksistensi manusia, serta menjadi hakikat kemanusiaannya, yang tampaknya tidak dimiliki makhluk lain, di bumi ini.

Dari paparan di atas tampak bahwa antara Frankl dan al-Ghazali memiliki kesamaan pandangan yakni mengenai kualitas-kualitas diri yang dimiliki manusia. Keduanya bersepakat bahwa manusia dapat menjalankan kehidupannya dengan sebaik-baiknya, karena manusia dilengkapi dengan sejumlah potensi-potensi yang memungkinkannya dapat memikul tugas tersebut. Potensi-potensi (Kualitas insani) ini adalah bagian kodrati manusia yang saling berhubungan secara timbal balik antara satu sama lain, sehingga harus digunakan untuk dan saling melengkapi. Orang-orang yang sehat dan teraktualisasikan telah menyerap potensi-potensi itu ke dalam diri, Semakin terarah orang membina atribut kualitas dirinya itu, maka semakin terarahlah tujuan hidupnya.

### **3. Manusia dikungkungi oleh faktor Instink/Biologis**

Meskipun manusia diperlengkapi dengan Kualitas-kualitas insani yang melekat dalam kodrat manusia, dan bukan berasal dari luar diri manusia, namun kualitas insani tersebut dalam pandangan Frankl dan al-Ghazali, di atas kadang tidak terealisasi, terhambat,<sup>79</sup> mudah diselewengkan, dan dikuasai oleh kebiasaan (tradisi). Karenanya menurut Frankl, Kualitas diri ini

---

<sup>78</sup> Frankl, *The Doctor, and The Soul...Ibid.*, 20.

<sup>79</sup> Frankl, *Man's Search For Meaning...Ibid.*, 159

harus ditemukan oleh dirinya sendiri.<sup>80</sup> Hanya saja, karena dorongan kodrati untuk itu lemah maka mudah diselewengkan dan dikuasai oleh faktor tradisi di luar diri manusia.

Lebih lanjut, Frankl berpandangan, bahwa orang-orang yang sehat dan teraktualisasikan telah menyerap nilai-nilai itu ke dalam diri, sehingga setiap serangan terhadap nilai-nilai tersebut akan dirasakan sebagai serangan terhadap dirinya. Orang-orang itu memilih dan melaksanakan nilai-nilai itu dengan perasaan bebas, dengan sepenuh penghayatan bahwa begitulah yang benar dan sehat untuk sepenuh penghayatan bahwa memang begitulah yang benar dan sehat untuk dilakukan. Dengan mengetahui apa yang secara bebas dipilih oleh orang-orang yang sehat normal-teraktualisasikan, menunjukkan mana yang baik dan mana yang jahat, mana yang benar dan mana yang salah. Dan hal itu, katanya, merupakan dasar bagi suatu sistem nilai yang alamiah dan ilmiah. Untuk itu dapat dikatakan pula, bahwa makin terarah orang membina atribut kualitas dirinya itu, makin tegar ia bergerak ke arah tahap-tahap yang lebih tinggi dalam proses kemajuannya. Sebaliknya, bila faktor itu tidak dibina, orang akan cenderung bersikap masa bodoh, dan dirinya condong meluncur mengikuti jalan yang absurd dan tidak bertujuan.

Begitupula pandangan al-Ghazali yang melihat, bahwa *al-Nafs al-Ammarah* yang ada dalam diri manusia seringkali memiliki kontrol tirani atas pikiran dan tingkah laku manusia.<sup>81</sup> Akibatnya, kepekaan diri yang dimiliki seseorang itu menjadi tidak murni lagi, tidak sehat dan tidak jelas dan karenanya tidak benar. Maka dengan demikian, program keduanya adalah bukan hanya melepaskan diri dari belenggu tradisi (*al-Nafs al-Ammarah*), tetapi lebih dari itu, bagaimana membangun kesadaran manusia hingga mencapai puncaknya yang paling tinggi yaitu menemukan makna hidupnya dengan ketenangan jiwanya.

Dalam hal ini, ada dua kata kunci yang dipergunakan al-Ghazali untuk menunjukkan kecenderungan alamiah manusia, yakni *fujura* (dari kata *fajir* = menyimpang) yang cocok dengan kecenderungan syahwat (*gharizah*) dan *taqwa* (dari kata *waqa* = memelihara) yang cocok dengan kecenderungan

---

<sup>80</sup> Frankl, *Man's Search For Meaning...Ibid.*, 155.

<sup>81</sup> Imam al-Ghazali, *Sharah Ihya' Ululmal-Din...Ibid.*, 4

fitrahnya.<sup>82</sup> Dalam al-Qur'an dijelaskan bahwa manusia lahir membawa bekal fitrah (cenderung kepada Allah) dan juga bekal syahwat (cenderung bertuhan kepada hawa nafsu dan berhala-hala yang diciptakannya).<sup>83</sup> Terserah kepada manusia untuk membawa dirinya ke mana.<sup>84</sup> Allah menyediakan dua macam jalan yang dapat diikuti baik untuk membina fitrahnya ataupun syahwatnya.<sup>85</sup> Dalam hal ini, Allah melengkapi manusia dengan kemampuan membedakan kedua jalan yang berbeda dan karena itu tidak bisa dan tidak perlu dipaksa mengikuti jalan hidup yang ditolaknya.<sup>86</sup>

Allah sendiri memberikan kebebasan memilih jalan hidup yang disukai masing-masing manusia dengan konsekuensi berbeda yang dijelaskan dengan sangat jelas.<sup>87</sup> Karena lengkapnya bekal yang diberikan kepada manusia, maka orang lain, termasuk nabi sekalipun, tidak dibenarkan oleh Allah memaksakan kehendaknya kepada orang lain dalam memilih jalan hidup yang dianggap benar.<sup>88</sup> Kewajiban manusia terhadap orang lain adalah menjelaskan seterang-terangnya informasi penting dalam hidup manusia ini dan memberi kesempatan untuk memilihnya.<sup>89</sup> Membantu mereka yang sudah memilih jalan hidup yang benar dengan segala macam fasilitas semampunya

Beberapa ayat di atas, dalam pandangan al-Ghazali, menunjukkan adanya kenyataan, bahwa nafs itu sistem yang bisa dipengaruhi, yang

---

<sup>82</sup> Imam al-Ghazali, *Sharah Ihya' Ululmal-Din...Ibid.*, 4

<sup>83</sup> "Dihiaskan kepada manusia, mencintai shajwat (keinginan nafsu), seperti perempuan-perempuan, anak-anak dan harta benda yang banyak, dari emas, perak, kuda yang bagus, binatang-binatang ternak dan tanam-tanaman. Demikian itulah kesukaan hidup di dunia, dan di sisi Allah tempat kembali yang sebaik-baiknya." QS. *al-'Imran*, 14.

<sup>84</sup> "Katakanlah: kebenaran itu daripada Tuhanmu. Barangsiapa yang mau, hendaklah beriman dan barangsiapa yang mau, hendaklah ingkar. Sesungguhnya telah Kami sediakan untuk orang-orang aniaya neraka, sedang mereka itu dilingkari oleh dindingnya." QS. *al-Kahfi*, 29.

<sup>85</sup> "Dan kami tunjukan kepunya dua buah jalan (jalan yang baik dan yang buruk)." QS. *al-Balad*, 10.

<sup>86</sup> "Tidak ada paksaan dalam agama, sesungguhnya sudah nyata petunjuk daripada kesesatan." QS. *al-Baqarah*, 256.

<sup>87</sup> QS. *al-Kahfi*, 29-31.

<sup>88</sup> "Sesungguhnya engkau (Ya Muhammad) tiada dapat menunjuki orang yang engkau kasihi, tetapi Allah menunjuki siapa yang dikehendaki-Nya, dan Dia mengetahui orang-orang yang menerima petunjuk." QS. *al-Qishah*, 56.

<sup>89</sup> "Maka berilah (mereka) peringatan, engkau hanya memberi peringatan. Engkau bukan memaksa mereka." QS. *al-Ghaziyah*, 21-22.

sekaligus menunjuk pada pengertian bahwa nafs itu tidak pernah stabil secara sempurna. Gejolak stabilitasnya hanya bersifat semu; sesaat kemudian ia bisa tertawa, satu saat ia gembira, tetapi sesaat lagi ia kecewa. Yang demikian itu karena nafs punya prinsip mengatur dirinya sendiri, yang berlangsung atas dasar hukum tertentu. Hukum pokoknya adalah hukum pasangan berlawanan. Setiap nafs manusia telah diilhami oleh dua kekuatan yang kontras, yaitu garis fujur (jelek) dan garis taqwa. Ke arah mana gejolak nafsnya bergerak, ke arah itulah tampak menonjol karakternya. Kalau orang menggemari kejahatan dalam berbagai bentuknya, maka nafsnya akan lebih banyak mengalir ke arah fujur. Kalau ini menjadi kebiasaan, maka nafsnya semakin mengendap, makin sulit dikembalikan ke arah takwa. Sedang orang yang menggemari perbuatan baik, maka energi nafsnya akan tertampung oleh nilai-nilai takwa, yang akan membuat nafs menjadi tenang.

Sebagaimana ilustrasi yang dibuat al-Ghazali tentang sebuah kerajaan,<sup>90</sup> Hubungan antara ruh, qalb, dan nafs merupakan tiga unsur kepribadian yang disimbolkan, dimana ruh mempunyai kecenderungan membawa qalb ke arah ketuhanan, kebaikan, kebijakan, ke alam akhirat. Sebaliknya nafs (dalam tarafnya yang rendah atau disebut nafsu) cenderung menarik qalb ke arah kesenangan-kesenangan duniawi, egoisme, dan sifat-sifat tercela lainnya. Ruh dan nafs ini senantiasa berlomba untuk mempengaruhi qalb. Siapa yang menang, ke arah itu qalb cenderung mengikuti. Perlombaan dan pertentangan antara kedua sisi qalb itu senantiasa terjadi sepanjang masa.

Dengan kata lain, qalb manusia dalam pandangan al-Ghazali mempunyai dua pintu, yaitu ke luar dan ke dalam. Pintu yang mengarah ke dunia luar (alam dunia) dan pintu yang mengarah ke dunia dalam (alam ghaib). Arah ke luar menunjukkan bahwa qalb mempunyai hubungan dengan alam dunia dan esensi kejahatan (setan). Arah ke dalam menunjukkan bahwa qalb mempunyai hubungan dengan alam ghaib dan esensi kebaikan (ruh). Bagian yang paling luar menunjukkan tingkat nafs paling rendah yang makin ke sisi dalam makin tinggi. Titik pusat lingkaran itu sendiri adalah ruh, Jika nafs di dalam qalb seseorang berada pada tingkat rendah, maka pengaruh ruh sangat lemah sedang pengaruh shaitan tinggi. Semakin tinggi nafs seseorang, semakin kuat pengaruh ruh dan semakin kecil pengaruh setan.

---

<sup>90</sup>Imam al-Ghazali, *Sharah Ihya' ...Ibid.*, 5.

Dengan demikian dapat dipahami bahwa yang sering disebut sebagai perjalanan ruhani dalam Tasawwuf tidak lain adalah perjalanan nafs di dalam qalb dari tingkat rendah atau lingkaran luar ke tingkat yang lebih tinggi atau ke lingkaran yang lebih ke dalam.

#### 4. Faktor Untuk Mencapai Target

Sebagaimana di apaprkan di atas, bahwa manusia terkadang dikuasai oleh faktor tradisi yang melingkupinya, tetapi jelas bukan hanya itu. Manusiapun memiliki potensi dan kualitas-kualitas insani yang baik, indah, bermanfaat yang terpateri pada ekistensinya. Kualitas insani inilah yang kemudian dipergunakan manusia untuk menghalau setiap problematika kehidupan yang dihadapinya dan mencapai target kebahagiaan (*meaningful*) yang dicita-citakan.

Beberapa premis untuk mencapai kebahagiaan (*meaningful*) diatas selaras dengan pandangan Frankl, dalam bukunya *The Doktor and The Soul*, yang menunjukan tiga bidang kegiatan yang secara potensial mengandung nilai-nilai yang memungkinkan seseorang menemukan makna hidupnya, yakni nilai-nilai kreatif (*Creatif values*), nilai-nilai penghayatan (*experiential values*) dan nilai-nilai bersikap (*attitudinal values*).<sup>91</sup> Dengan memenuhi dan merealisasikan nilai-nilai itu diharapkan seseorang akan menemukan dan mengembangkan makna hidupnya, sehingga mengalami hidup secara bermakna yang merupakan pintu terbuka ke arah kebahagiaan.

Begitupula pandangan al-Ghazali, ketika ruh dimasukan ke dalam tubuh melalui saringan halus, sehingga ruh diartikan sebagai jasad halus (*jism latif*) atau sering juga disebut sebagai *latifah*. Seperti halnya dengan jasad kasar, jasad halus (ruhani) ini juga mengalami proses perkembangan. Tetapi perkembangan jasad halus ini tidak bersifat linear. Artinya tidak secara otomatis dengan bertambah usia, semakin bertambah tinggi ruhaninya. Ruhani bisa tidak berkembang sama sekali, bisa mengalami kemandegan, atau bahkan semakin usia seseorang, semakin rendah ruhaninya. Perjalanan ruhani seseorang dalam meningkatkan nafsnya tidak lain adalah perjalanan

---

<sup>91</sup>Frankl, *The Doktor and The The Soul....Ibid.*, 43-45.

pembersihan setiap latifah dari noda-nodanya dengan *dhikrullah* dengan tujuan dan target akhir yang tidak lain adalah *musyahadat bi Allah* <sup>92</sup>

## **5. Hasrat untuk Hidup bermakna**

Empat kesamaan pandangan di atas pada gilirannya menghadirkan kesamaan yang lain yakni mengenai hasrat untuk hidup bermakna. Keduanya berpandangan, bahwa motivasi utama manusia dengan mengarahkan seluruh aktivitasnya demi tercapainya tujuan dan nilai-nilai tersebut adalah tercapainya kehidupan yang sarat makna dan bertujuan. Pernyataan Frankl bahwa kebahagiaan merupakan ganjaran dari keberhasilan dalam memenuhi arti dan tujuan hidup mirip pula dengan pernyataan al-Ghazali bahwa manusia akan memperoleh pahala atas amal saleh yang dikerjakannya.<sup>93</sup>

Gambaran mengenai hidup bermakna di atas menunjukkan bahwa bila makna hidup ditemukan dan tujuan hidup ditetapkan serta berhasil pula direalisasikan, maka kehidupan akan dirasakan sangat berarti (*meaningful*) yang pada gilirannya akan menimbulkan kebahagiaan. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kebahagiaan adalah akibat sampingan dari keberhasilan seseorang memenuhi arti hidupnya. Begitu pula dengan pahala yang dalam pandangan Tasawwuf al-Ghazali, akan mengalir (*by product*) atas amal saleh yang dilakukan manusia dengan keikhlasan mereka menahan diri dari kelezatan duniawi dan syahwat hawa nafsu.<sup>94</sup> Pahala yang dilimpahkan yang akan mereka terima adalah berupa kehormatan, kenikmatan, kejayaan dan kesenangan.

## **B. Beberapa Persamaan antara Frankl dan Al-Ghazali tentang Dimensi Spiritual Manusia**

### **1. Pembagian Struktur Eksistensi Manusia**

Oleh karena kedua tokoh tersebut lahir dari latar belakang pemikiran yang berbeda, maka pemaknaan merekapun terhadap unsur spiritual

---

<sup>92</sup>Imam al-Ghazali, *Ihya' 'Ulumal-Din....Ibid.*, Juz 8, 4-5.

<sup>93</sup>"Siapakah yang terlebih baik perkataannya dari orang yang menyeru kepada Allah (agama-Nya) dan beramal saleh dan berkata : Sesungguhnya aku termasuk orang-orang muslim. QS. *Fushilat*, 33.

<sup>94</sup>Imam al-Ghazali, *al-Munqiz Min al-Dalal*, Ed. Jamil Saliba, (Damaskus, 1939) 70.

manusia, sebagai tema sentral karya ilmiah ini, mempunyai perbedaan visi. Pandangan Frankl tentang kesatuan raga-jiwa-ruhani memang agaknya terlihat serupa dengan pandangan al-Ghazali mengenai manusia yang secara *fitriah* memiliki ruh (metafisik) disamping raga dan jiwanya (fisik). Namun antara keduanya berangkat dari substansi yang berbeda. Konsep ruh dari Tri determinan manusia diatas ternyata bukanlah ruh yang dimaksud dalam artian agama, ia hanya merupakan aspirasi manusia untuk hidup bermakna. Sedang ruh dalam persepektif al-Ghazali adalah ruh yang dikurniakan Tuhan kepada manusia bukan sembarang ruh, melainkan ruh yang suci dan sangat luhur: Ruhku, Ruh (ciptaan) Ilahi (QS. 15:29).

Ruh dalam pengertian Frankl hanyalah merupakan aspirasi manusia untuk hidup bermakna, dan sumber dari kualitas-kualitas insani<sup>95</sup>. Namun ruh dalam perspektif al-Ghazali adalah ruh yang sangat latif, ruhaniyyah dan rabbani.<sup>96</sup> Al-Qur'an secara tegas menyatakan hal ini, ia menunjukkan bahwa kehidupan manusia tergantung pada wujud ruh dalam badannya. Tentang bagaimana wujudnya, bagaimana bentuknya, al-Qur'an melarang uuntuk mempersoalkannya.<sup>97</sup> Tetapi bagaimana ruh itu bersatu dengan badan yang kemudian membentuk manusia yang menjadi khalifah itu dalam al-Qur'an dinyatakan : setelah aku membentuknya dan menghembuskan padanya ruhku, maka sujudlah kamu (makhluk-makhluk lain) kepada-Nya.<sup>98</sup> Tingkah laku manusia adalah akibat dari interaksi antara ruh dan badan. Walaupun manusia mempunyai ruh dan badan, tetapi ia dipandang sebagai pribadi yang terpadu. Untuk itu, sebagaimana diungkap Bastaman, Sukanto dan A. Dardiri Hasyim, diharapkan pengembangan Psikologi setelah Frankl mengalami kelanjutan dalam pemaknaan terhadap ruh tersebut. Dan Tasawwuf merupakan rujukan pelengkap diskursus ini.<sup>99</sup>

---

<sup>95</sup> Frankl, *The Will to Meaning...Ibid*, 18.

<sup>96</sup> Imam al-Ghazali, *Sharah Ihya'...Ibid.*, 5.

<sup>97</sup> QS. *al-Isra'*, 85.

<sup>98</sup> QS. *al-Hijr*, 29..

<sup>99</sup> Bastaman, *Integrasi Psikologi Dengan Islam...Ibid.*, 39. Sukanto dan A. Dardiri, *Nafsiologi; Refleksi Analisis tentang Diri dan Tingkah Laku Manusia* (Surabaya; Risalah Gusti, 1995), 185-188.

## 2. Hakikat Manusia

Perbedaan yang lain tampak dalam pandangan mereka tentang hakekat manusia. Al-Ghazali memandang fitrah kemanusiaan itu suci dan beriman, sedangkan psikolog beraliran humanistik-eksistensial ini, Frankl, memandang hakekat manusia adalah baik.

Meskipun pandangan Frankl benar adanya dalam melihat eksistensi manusia yang akan selalu kembali kepada kebaikan, akan tetapi kemampuannya untuk kembali itu akan sangat tergantung kepada berbagai faktor; baik pendidikan, sosio-kulturnya, dan skala pemaknaan baik itu sendiri di lingkungan mana manusia itu berada. Untuk itu, dapat dikatakan bahwa, manusia akan selalu membutuhkan petunjuk dalam meniti kehidupannya. Dan kalaulah Frankl yang melihat manusia dengan pola dasar yang baik dan berpotensi tidak terbatas.<sup>100</sup> Pandangan ini jelas sangat optimistik dan bahkan terlampau optimistik terhadap upaya pengembangan sumber daya manusia, sehingga manusia dipandang sebagai penentu tunggal yang mampu melakukan *play-god* (peran Tuhan). Optimisme Frankl dalam memandang manusia, tentu saja akan berdampak pada penekanan atau pendewaan masalah kuantitatif manusia itu sendiri, dimana ia mencoba menafikan keterpenjaraannya oleh dualisme subjek-objek.

Pandangan Frankl di atas berbeda secara diametral dengan pandangan al-Ghazali yang melihat manusia sebagai cerminan dari nur ilahi.<sup>101</sup> Dengan landasan fitrah, al-Ghazali pada dasarnya ingin membuktikan bahwa kualitas-kualitas insani yang dimiliki manusia tidaklah berdiri sendiri ataupun memiliki kekuatan absolut atas alam sekitarnya, namun ia merupakan pancaran dari nur ilahi. Potensi diri manusia hanyalah merupakan segelintir manifestasi dari kemahabesaran Tuhan yang selalu membutuhkan petunjuk dari pesan-pesan moral para nabi dan rasul-Nya.

## 3. Potensi

Perbedaan pandangan di atas menghadirkan perbedaan yang lain yakni perbedaan potensi yang diberikan Frankl dan al-Ghazali atas manusia. Frankl dengan optimis memandang manusia dengan kualitas dirinya semata,

---

<sup>100</sup>Frankl, *The Will to Meaning*....*Ibid.*, 15.

<sup>101</sup>Imam al-Ghazali, *Ihya' 'Ulumal-Din*...*Ibid.*, 70.



lewat beberapa proses penyadaran dan pengembangan kualitas diri, telah mampu keluar dari problematika yang menyelimutinya.<sup>102</sup> Lain halnya dengan al-Ghazali yang, dengan konsep fitrahnya, mempercayai dan mengakui adanya kekuatan spiritual-Ilahi yang menetes dalam dirinya untuk memotivasi dan membantu manusia secara alamiah (biologis) untuk dapat mengentaskan beberapa problematika kehidupannya.

Dari paparan ini jelas, bahwa al-Ghazali sebenarnya mewakili gambaran yang optimistik proporsional tentang manusia. Yang dimaksud dengan optimistik proporsional adalah pandangan bahwa manusia akan selalu kembali kepada kebaikan, akan tetapi kemampuannya untuk kembali itu akan sangat tergantung kepada berbagai faktor. Di antara faktor-faktor yang mempengaruhi itu adalah pendidikan yang diterima seseorang. Dengan pandangan yang optimistik proporsional ini diharapkan manusia benar-benar dapat menjadi khalifah di bumi ini.

#### **4. Implikasi Terapeutik**

Pemberian predikat yang baik pada manusia dan ketinggian potensi yang dimiliki manusia yang distigmakan Frankl pada akhirnya meggiiring perbedaan lain, yakni pada implikasi terapeutiknya. Frankl tampak lebih memprioritaskan pandangannya pada pengembangan kepribadian manusia itu sendiri, sehingga langkah teurapeutiknya hanyalah terfokus pada bagaimana membangkitkan kesadaran pada klien agar menyadari kuliatas-kulalitas dirinya yang kadang terhambat dan tidak terealisasi dengan baik.<sup>103</sup> Orientasi utama Frankl, dengan demikian, hanyalah ditujukan pada pencapaian makna hidup dan akhirnya diharapkan akan teraih kebahagiaan duniawi manusia.

Sedangkan al-Ghazali lewat konsep tazkiyat al-Nafsnya dengan takhalli, tahalli dan tajalli terlihat lebih memiliki orientasi futuristik-ukhrawi. Fokus perhatiannya tidaklah terbatas hanya pada pencapaian kesehatan mental manusia, namun lebih dari itu kesehatan spiritual yang mencakup teraihnya kebahagiaan di akhirat. Bagi al-Ghazali, term *tazkiyat al-Nafs* dan tahapan-tahapan kesufian para sufi tidaklah hanya untuk membersihkan

---

<sup>102</sup>Frankl, *The Will to Meaning...Ibid.*, 15.

<sup>103</sup>Lihat Frankl, *The Doctor and The Soul...Ibid.*, 221-254.

kotoran jiwa manusia, kemudian menghiasknya dengan tingkah laku yang baik, kemudian diharapkan teraih ketenangan dan ketentraman hidup itu sendiri, namun lebih dari itu, ia ingin mendapatkan kebahagiaan dalam alam metafisik manusia nanti (akhirat).<sup>104</sup> Kalau dibandingkan dengan pandangan Frankl, maka dapat dikatakan bahwa, kesemua implikasi penerapan teori Frankl itu hanyalah bersifat temporer adanya. Karena disamping kebahagiaan duniawi yang bersifat relatif, kehadiran problematika yang baru tentu pula akan menghadirkan konsekuensi lain bagi penerapan teurapeutiknya. Karenanya, orientasi utama al-Ghazali dalam hal ini adalah mencapai kebermanfaatan di akhirat dan kerida'an jalan dari Tuhannya.

## 5. Orientasi Filsafat

Empat kesamaan pandangan di atas pada gilirannya menghadirkan kesamaan yang lain yakni mengenai orientasi filsafat keduanya. Hakikat manusia sebagai pusat hubungan (*the center of relatedness*)<sup>105</sup> jelas menunjukkan bahwa orientasi filsafat Frankl adalah antroposentris (antropos = manusia; sentris = pusat), yakni pandangan yuang menempatkan manusia sebagai pusat segala pengalaman dan relasi-relasinya, serta penentu utama semua peristiwa yang menyangkut masalah manusia dan kemanusiaan. Ini jelas berbeda dengan wawasan al-Ghazali mengenai manusia yang menganut paham theosentris (theo = tuhan; sentris = pusat), dimana hanya Allah SWT sebagai sumber dan pusat semesta alam, tumpuan segala harapan, serta arah dari puja dan puji makhluknya. Allah-sentris.<sup>106</sup>

---

<sup>104</sup>Imam al-Ghazali, *al-Munqid Min al-Dalal...**Ibid.*, 76-77.

<sup>105</sup>Lihat pandangannya tentang kualitas-kualitas insani. Frankl, *The Doctor and The Soul...**Ibid.*, 18-22.

<sup>106</sup>Imam al-Ghazali, *al-Munqid Min al-Dalal...**Ibid.*, 77.

## BAB V

### TASAWWUF; WACANA SPIRITUAL MASA DEPAN

#### A. Urgensi Tasawwuf di Tengah Krisis Spiritual

Salah satu alasan mendasar manusia modern mulai tertarik kepada dunia spiritual, pada dasarnya adalah ingin mencari keseimbangan baru dalam hidupnya. Dalam pandangan yang agak eksistensial, ingin kembali kepada kemerdekaan manusia yang telah mengalami reduksionisasi dalam kehidupan modern. Kelahiran beberapa aliran ataupun gerakan-gerakan keagamaan merupakan salah satu fenomena dan manifestasi dari kecenderungan manusia untuk mencapai kehidupan tersebut. Berbagai usaha manusia untuk mendapatkan pegangan hidup yang pasti, yang membuat hidup mereka kembali bermakna dan bertujuan telah tampak digelar dengan nyata dalam panggung kehidupan modern.

Kehidupan dalam perspektif ini pada dasarnya dapat dicapai apabila manusia senantiasa melakukan transendensi terus menerus.<sup>107</sup> Dalam proses transendensi ini, hidup kemudian tidak hanya berhenti pada realitas yang profan dalam konteks ruang dan waktu yang amat terbatas, tapi ditransendensikan kepada realitas yang mutlak. Sejalan dengan itu, Erich Fromm dalam bukunya, *Religion and Psychoanalysis*, mensinyalir bahwa, pemenuhan realitas kehidupan yang sempurna tidaklah berhenti pada pemaknaan terma; beragama apa, tapi beragama yang bagaimana.<sup>108</sup> Dari sini dapat dipahami bahwa, keseimbangan hidup yang sempurna serta kemerdekaan yang hakiki, terletak dalam proses transendensi tersebut.

Pencarian hidup dengan visi dan artikulasi seperti di atas, sesungguhnya lebih merupakan persoalan yang bersifat paradigmatis. Artinya, bagaimana hidup ini dimaknai sangat tergantung pada kerangka hidup yang dipakai. Fundamentalisme Barat menjadi pengalaman yang amat berharga, bahwa artikulasi kehidupan dengan berpedoman pada agama yang tidak ditopang oleh tingkat pemahaman dan penghayatan yang benar, hanya akan

---

<sup>107</sup>Syamsul Arifin, Agus Purwadi, khairul Habib, *Spiritualisasi Islam*, 37.

<sup>108</sup>Erich Fromm, *Psikoanalisa Dan Agama*, terj. Muhsin Manaf dan Shalahuddin (Surabaya: Pelita Dunia, 1988), 101-119.

mengakibatkan pemenuhan kepuasan psikologis dan sosiologis yang absurd. Keadaan semacam ini bisa saja terjadi, manakala pemahaman dan penghayatan agama hanya berhenti pada tataran eksoteris yang lebih mengutamakan keberagamaan secara simbolik dan terlalu formalistik.

Untuk itu, pergeseran paradigma dengan demikian menjadi keharusan bagi manusia modern untuk kembali ke hakekat kehidupannya. Kemampuan meletakkan agama sesuai dengan inti spiritualnya disepakati sebagai alternatif paradigma. Pandangan ini tidak berarti mengesampingkan peran dimensi eksoterisme agama.<sup>109</sup> Dengan kata lain, dimensi eksoterisme agama bukanlah tidak penting, karena berawal dari inilah aktifitas keagamaan dimulai. Ia merupakan basis atau kerangka dasar untuk menuju pada kedalaman esoterisme agama. Seperti dua sisi mata uang, jika salah satu sisinya tidak ada, maka nilai uang itupun akan hilang, demikian pulalah eksistensi dimensi eksoterisme dan esoterisme agama. Keduanya memegang peranan yang penting dalam tatanan kehidupan manusia.

Namun demikian, keberagamaan akan menjadi sia-sia dan hampa makna serta akan terjadi kegersangan spiritual bila hanya berhenti pada tataran eksoterisme agama. Dan seseorang tidak akan sampai pada ekstase keberagamaan yang essensial, bila hanya berpegangan pada dimensi ini. Untuk itu, sebagai bagian kontinuitas proses agama yang harus dilalui agar sampai pada inti spiritual agama, terdapat dimensi berikutnya yaitu dimensi esoterisme.<sup>110</sup>

Dimensi ini mengatasi dimensi eksoterisme meskipun tidak harus diartikan menafikan dimensi yang pertama. Artinya, dengan tetap berada dalam bingkai eksoteris, dimensi esoteris akan menghantarkan seseorang pada ekstase keberagamaan yang menyejukan dan memberikan kedamaian yang luar biasa. karena dimensi esoteris tidak berhenti dan terbatas pada aktifitas agama formal dan simbol, maka efek dari penghayatan esoterik ini akan muncul menjadi sikap hidup yang signifikan dan fungsional. Orang yang sudah sampai pada tingkat penghayatan esoteris akan menjadikan

---

<sup>109</sup>Subandi, "*Psikologi Islami Dan Sufisme*" dalam *Membangun Paradigma Psikologi Islam* (Yogyakarta: Sippres, 1984), 104.

<sup>110</sup>Azyumardi "*Neo-Sufisme Dan Masa Depan*" Dalam *Rekonstruksi Dan Renungan Religius Islam* (Jakarta: Paramadina, 1996), 290.

agama sebagai suatu wacana yang terbuka, yang terlibat secara dialektis dengan kompleksitas kehidupan ini.

Dalam konteks Islam, dimensi esoteris di atas terdapat dalam ajaran tentang Tasawwuf. Dengan ajaran ini, Islam menempatkan penghayatan esoterik sebagai bagian yang amat penting bagi keseluruhan religiusitas seseorang. Sebagaimana dimensi esoterik yang terdapat pada semua agama universal, dengan ajaran Tasawwuf, Islam menempatkan keberagamaan sebagai proses yang terus menerus yang tidak pernah kenal henti.

### **Kontribusi Tasawwuf**

Perhatian utama Tasawwuf adalah pada aspek kerohanian (*spiritual*) dan kejiwaan manusia. Ia berusaha mengembangkan dan mengarahkan kedua potensi manusia tersebut untuk mencapai tujuan pokoknya yakni terwujudnya *insan kamil*, manusia yang *integrated* dalam segala kedalaman dan keluasan eksistensinya.<sup>111</sup> Oleh karena itu tidak mengherankan jika ilmu Tasawwuf mengkaji secara mendalam segala aspek spiritual dan psikologis manusia dalam upaya mencapai tujuan tersebut. Hal ini terlihat dari karya-karya para sufi, baik berupa puisi, anekdot-anekdot maupun buku-buku teks lain yang telah banyak memberikan kontribusi teoritik bagi pengembangan psikologi dewasa ini.

Sejalan dengan hal itu, perkembangan psikologi beberapa tahun ini menunjukkan timbulnya kesadaran di kalangan para psikolog kontemporer atas keterbatasan efektifitas mereka dalam menyumbangkan manfaat-manfaat praktis bagi masyarakat. Psikologi yang secara khusus menempatkan diri pada status sebagai “salah satu sumber otoritas” bagi aktifitas manusia karena obsesinya yang begitu besar terhadap problematika psikologis manusia, pada gilirannya, mengalami inkoherensi dalam konsep-konsepnya, dan terasing dari arus utama kebudayaan.<sup>112</sup>

Minat terhadap kelas-kelas psikologi yang dahulu meluap dibanjiri para penggemarnya, kini semakin menipis. Hal ini dikarenakan janji-janji yang

---

<sup>111</sup>Sayyid Husein Nashr, “Sufism and The Integration of Man” dalam *God and Man in Contemporary Islamic Thought* (Beirut: American University of Beirut Continental Publication, 1972), 97.

<sup>112</sup>Allen E. Bergin, Psikoterapi Dan Nilai-nilai Religius, terj Darwin Ahmad dan Afifah Inayati, *Ulum al-Qur'an*, No. 4, Vol V (Jakarta: PT. Temprint, 1994), 5.

ditawarkannya untuk memperbaiki peradaban, kini mulai ditaklukan justru oleh dasar pikiran yang dimiliki niat baik itu sendiri. Psikologi yang didominasi pemikiran-pemikiran mekanistik dan naturalisme etis akhirnya terbukti tidak cukup, dan ketertarikan orang terhadapnya menjadi merosot. Sebagai akibat wajar perkembangan ini, sejumlah kritik dan kecaman terhadap asumsi-asumsi dasar yang dipakai bidang psikologi semacam itu banyak berdatangan dari para profesional.

Berangkat dari hal ini pulalah muncul trend menarik di bidang psikologi yaitu meningkatnya perhatian di kalangan profesional terhadap nilai-nilai religius. Mereka semakin menyadari pentingnya peranan nilai-nilai religius, khususnya dalam keberhasilan suatu terapi. Bahkan pada era terakhir ini, teori psikologi telah memberi tempat pada apa yang sekarang ini disebut sebagai "Psikologi Timur atau tradisional."<sup>113</sup>

Arus mempelajari dan mencangkokkan psikologi Timur tersebut pada bangunan Barat sudah semakin deras dilakukan. Sebagian para ahli psikologi dan psikiatri telah banyak melakukan penelitian dan pengkajian atas pemikiran-pemikiran dan praktek-praktek kaum Sufi. Sebagian besar para ahli tersebut berusaha memperbandingkan pemikiran-pemikiran Tasawwuf dengan teori-teori psikologi kontemporer. Sebagian lain berusaha mengembangkan sebuah alternatif psikologi yang didasarkan pada ajaran-ajaran Tasawwuf, dan menyebutnya sebagai Psikologi Sufi.<sup>114</sup>

Kita bisa menyebut Stuart B. Litvak sebagai bukti representatif untuk menunjukkan fenomena tersebut. Dalam bukunya, *How to Study Psychology; A Basic Field Guide For Student and Enthusiasts*,<sup>115</sup> ia menyebutkan bahwa sekarang ini psikologi Timur secara lebih baik telah diapresiasi oleh banyak psikolog. Ia juga menyebut bahwa Tasawwuf sudah seharusnya lebih diperhatikan, karena ia mempunyai banyak dimensi psikologis yang penting untuk pengembangan kesadaran manusia, yang justru sekarang menjadi tema besar paling penting dalam Psikologi Kontemporer. Untuk itu, tidaklah diragukan lagi bahwa ternyata keberadaan Tasawwuf, yang dahulu dianggap

---

<sup>113</sup>Budhy Munawar-rachman, *Arah Baru Dalam Psikologi, Ullum al-Qur'an*, Ibid, 3.

<sup>114</sup>Subandi, *Psikologi Islami Dan Sufisme*, 105.

<sup>115</sup>Lihat Robert W. Crapps, *Dialog Psikologi Dan Agama*, ter. Hardjana (Yogyakarta: Kanisius, 1993), 161.

melenceng dan sumber penyebab degradasi umat, banyak memberikan kontribusi bagi perkembangan Psikologi Kontemporer.

## **B. Implementasi Nilai-nilai Tasawwuf sebagai Paradigma Psikologi Islami**

Di dalam tradisi kaum sufi terdapat postulat yang berbunyi : *Man 'arafa nafsahu faqad 'arafa Rabbahu* (Siapa yang telah mengenal dirinya, maka ia akan mudah mengenal Tuhannya). Postulat ini menggambarkan kepada kita bahwa meskipun secara tegas Allah menyatakan bahwa manusia merupakan puncak ciptaan-Nya dengan tingkat kesempurnaan dan keunikan-Nya yang prima dibanding makhluk lainnya,<sup>116</sup> namun Allah juga memperingatkan bahwa kualitas kemanusiaannya, masih belum selesai atau setengah jadi, sehingga masih harus berjuang untuk menyempurnakannya.<sup>117</sup> Proses penyempurnaan ini amat dimungkinkan karena pada hakikatnya manusia itu *fitri*, *hanif*, dan berakal. Lebih dari itu, bagi seorang mukmin, petunjuk primordial itu masih ditambah lagi dengan datangnya Rasul Tuhan pembawa kitab suci sebagai petunjuk hidupnya.<sup>118</sup>

Persoalan serius yang menghadang adalah, sebagaimana diakui kalangan psikolog, filsuf, dan ahli pikir pada umumnya, kini manusia semakin mendapatkan kesulitan untuk mengenali jati diri dan hakikat kemanusiaannya. Mereka seringkali lalai dan lupa kepada Tuhan dan detik-detik kehadirannya di dunia ini justru lebih banyak tersita untuk hal-hal yang bersifat *jasadi* atau lahiriah belaka.

Teori *mir'ah* yang dikemukakan al-Ghazali setidaknya dapat memberikan ilustrasi atas kondisi sosio-kultur masyarakat manusia di bumi. Menurutny, hati manusia ibarat cermin, sedangkan petunjuk Tuhan bagaikan nur atau cahaya. Dengan demikian, jika hati manusia benar-benar

---

<sup>116</sup> Lihat QS. *al-Tin*, 4.

<sup>117</sup> "Demi diri manusia dan Yang menyempurnakannya (Allah. Lalu diilhamkan (Allah) kepadanya mana yang buruknya dan mana yang baiknya. Sesungguhnya telah menanglah orang yang membersihkan (jiwanya). Dan merugilah orang yang mengotorkannya." QS. *al-Shams*, 7-10.

<sup>118</sup> "Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu dalil (keterangan) daripada Tuhanmu dan telah kami turunkan kepadamu nur (cahaya) yang menerangi." QS. *al-Nisa'*, 174.

bersih niscaya ia akan bisa menangkap cahaya petunjuk Ilahi dan memantulkan cahaya tersebut ke sekitarnya.<sup>119</sup>

Sedangkan jika manusia tidak mampu menangkap sinyal-sinyal spiritual dari Tuhan, itu pada dasarnya disebabkan tiga kemungkinan,<sup>120</sup> *Pertama*, cerminnya terlalu kotor sehingga cahaya Ilahi yang seterang apapun tidak dapat ditangkap dengan cermin rohani yang dimilikinya. Yang termasuk dalam kategori ini adalah mereka yang dilumuri dengan perbuatan-perbuatan kotor dan aniaya. *Kedua*, di antara cermin dan sumber cahaya terdapat penghalang yang tidak memungkinkan cahaya Ilahi menerpa cermin tersebut. Yang termasuk dalam kategori ini, orang-orang yang menjadikan harta, tahta dan kesenangan lahir sebagai orientasi hidup. *Ketiga*, cermin tersebut memang membelakangi sumber cahaya hingga memang tak dapat diharapkan dapat tersentuh oleh cahaya petunjuk Ilahi. Contoh yang sangat tepat untuk kategori ini, orang-orang kafir yang dengan sadar mengingkari keberadaan Tuhan.

Agar hati manusia dapat menjadi cermin yang bening, ia harus senantiasa berusaha memurnikan diri dengan jalan menguasai nafsu-nafsu rendah serta mengikuti perjalanan hidup para nabi melalui berbagai latihan kerohanian (*riyadah*). Disinilah urgensi Tasawwuf yang mencoba membantu seseorang memelihara dan meningkatkan kesucian jiwanya sehingga dengan begitu ia merasa damai dan juga kembali ke tempat asal muasalnya dengan damai pula.<sup>121</sup>

Dari sini dapat dipahami, bahwa Tasawwuf selain memiliki konsep-konsep teoritik, sebagaimana digambarkan pada sub tema sebelumnya, iapun juga memiliki teknik-teknik praktis, baik sebagai usaha kuratif dalam bentuk psikoterapi, maupun sebagai usaha untuk meningkatkan derajat *nafs* untuk mendekati tujuan tertinggi yakni manusia yang utuh (*insan kamil*). Tasawwuf tidak hanya berbicara tentang konsep-konsep yang abstrak tentang *al-Ruh*, *al-Nafs*, *al-Qalb*, dan *al-Aql*. Namun iapun membahas *halat* (kondisi-kondisi psiko-mistis), penyakit-penyakit hati dan berbagai macam metode untuk meningkatkan derajat kemanusiaan untuk mencapai *Insan Kamil*.

---

<sup>119</sup> Imam al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din*, 125.

<sup>120</sup> Ibid.

<sup>121</sup> "Hai nafsu (jiwa) yang tenang. Kembalilah kamu kepada Tuhanmu dengan (hati) rida dan diridai (Tuhan)." QS. *al-Fajr*, 17-18.



Secara umum, Tasawwuf berpandangan bahwa penyebab pokok dari timbulnya gangguan-gangguan jiwa adalah karena adanya keterpisahan; baik keterpisahan manusia dengan dirinya sendiri, dengan manusia lain, dengan alam, maupun dengan realitas universal.<sup>122</sup> Dalam bahasa lain Nasr melihat bahwa masalah pokok yang dihadapi manusia pada umumnya adalah karena pada umumnya mereka berada di pinggiran lingkaran eksistensi, tanpa ada keterkaitan dengan titik pusat eksistensi itu. Tasawwuf dengan demikian berusaha membuat “jembatan” supaya manusia memiliki hubungan dengan titik pusat eksistensi itu.

Secara lebih spesifik Moniuddin mengungkapkan, bahwa berbagai bentuk gangguan-gangguan psikopatologi (maupun fisik) berhubungan dengan tingkat jiwa seseorang.<sup>123</sup> Disini Moniuddin membagi tingkatan-tingkatan (*maqam*) jiwa seseorang menjadi 6 tingkatan: *maqam al-Nafs* (tingkat egoisme), *maqam al-Qalb* (tingkat hati), *maqam al-Ruh* (tingkat ruhani), *maqam al-Sirr* (tingkat rahasia ketuhanan), *maqam al-Qurb* (tingkat keterdekatan) dan *maqam al-Wisal* (tingkat persatuan). Jenis gangguan pada tiap tingkatan jiwa tersebut ternyata berlainan. Misalnya pada *maqam al-Nafs* (tingkatan egoisme), jenis gangguan meliputi takut, kecemasan, depresi, schizopheria, keraguan, deviasi sexual, bunuh diri dan sebagainya maupun gangguan emosional lainnya. Semakin tinggi tingkat seseorang, semakin hilang gangguan psikopatologinya. Oleh karena itu tidak mengherankan jika Tasawwuf mengembangkan berbagai tahapan untuk meningkatkan derajat *nafs*.

Secara garis besar, ada tiga tahapan yang sering digunakan dalam lapangan Tasawwuf untuk meningkatkan derajat *nafs* atau kualitas jiwanya, adalah sebagai berikut:<sup>124</sup> **Pertama**, *dhikir* atau *ta'alluq* pada Tuhan. yaitu berusaha mengingat dan mengikatkan kesadaran hati dan pikiran kita kepada Allah. Dimana pun seorang mu'min berada, dia tidak boleh lepas dari berfikir dan berdhikir untuk Tuhannya. Dhikir merupakan metode dasar yang selalu dilakukan oleh semua tarekat sufi. Prinsip pokok dalam dhikir adalah

---

<sup>122</sup>Shafi'i, *Freedom from the Self: Sufism, Meditation and Psychotherapy* (New York: Human Sciences, 1985), 43.

<sup>123</sup>Moniuddin, *The Book of Sufi Healing* (New York: Inner Traditions International, Ltd., 1985), 35.

<sup>124</sup>Komaruddin Hidayat, “Manusia Dan Proses Penyempurnaan Dirinya,” Dalam *Kontekstualisasi Doktrin Islam Dalam Sejarah*, (Jakarta: Paramadina, 1994), 191.

pemusatan pikiran dan perasaan pada Allah dengan cara menyebut nama-Nya berulang-ulang. Dengan demikian seseorang akan mempunyai pengalaman berhubungan dengan Allah. Adanya hubungan ini dengan sendirinya akan menghilangkan rasa keterpisahan yang diderita seseorang.

Metode ini mempunyai banyak kemiripan dengan berbagai teknik meditasi pada tradisi agama-agama lain, baik pada tekniknya maupun pada efek yang ditimbulkannya. Dhikir dan berbagai teknik meditasi lainnya, tidak hanya berpengaruh pada perkembangan ruhani atau *nafs* seseorang. Banyak penelitian empiris yang telah membuktikan bahwa dhikir atau meditasi berpengaruh pula terhadap dimensi psikis dan fisik, misalnya, menyembuhkan berbagai penyakit fisik maupun menghilangkan kondisi-kondisi psikopatologis seperti stres, kecemasan dan depresi. Namun demikian, hal ini tidak berarti bahwa tujuan pokok dari *dhikir* dalam Tasawwuf Islam bukanlah sebagai *treatment* untuk menyembuhkan penyakit. Itu semua hanyalah efek samping semata.<sup>125</sup>

Dari dzikir ini meningkat sampai maqam **kedua** -*takhalluq*, yaitu secara sadar meniru sifat-sifat Tuhan sehingga seorang mukmin memiliki sifat-sifat mulia sebagaimana sifat-Nya. Proses ini bisa juga disebut sebagai proses internalisasi sifat Tuhan ke dalam diri manusia. Dalam konteks ini kalangan sufi menyandarkan hadits Nabi yang berbunyi; "*takhallaqu bi akhlaqi Allah.*"

Metode ini dapat dikatakan juga metode berhias diri dengan akhlak yang terpuji, yakni membiasakan diri dalam kehidupan sehari-hari untuk berusaha semampunya melakukan kebajikan dan hal-hal yang bermanfaat sesuai dengan ketentuan-ketentuan *shari'at*, aturan-aturan negara, dan norma-norma kehidupan bermasyarakat. Disamping itu berusaha pula untuk menjauhi hal-hal yang dilarang *shara'* dan aturan-aturan yang berlaku. Dampaknya dalam kehidupan sosial mereka adalah berkembangnya dalam diri mereka, tanpa disadari, suatu sikap dan perilaku yang positif seperti ketaatan pada agama dan norma masyarakat, hidup tenang dan wajar, senang kebajikan, pandai menyesuaikan diri dan bebas dari permusuhan.

Maqam **ketiga** *tahaqquq*, yaitu suatu kemampuan untuk mengaktualisasikan kesadaran dan kapasitas dirinya sebagai seorang mukmin yang dirinya sudah diresapi sifat-sifat Tuhan sehingga tercermin dalam

---

<sup>125</sup> Shafi'i, *Freedom From The Self*, 45.

perilakunya yang serba suci dan mulia. *Maqam tahaqquq* ini sejalan dengan *hadith qudsi* yang digemari kalangan sufi yang menyatakan bahwa bagi seorang mukmin yang telah mencapai martabat yang sedemikian dekat dan intimnya dengan Tuhan, maka Tuhan akan melihat kedekatan hambanya. Pada tahap ketiga inilah seseorang telah mencapai tujuan dari tasawwuf dan tak lain dia adalah orang yang telah mendapat predikat *Insan Kamil*.

Demikianlah beberapa metode yang bercorak spiritual-religius dan bertujuan untuk meningkatkan kualitas pribadi mendekati citra insan ideal. Dari paparan beberapa metode di atas dapat dipahami, bahwa hidup ini, dalam sudut pandang kesufian, merupakan pergulatan yang terus menerus dengan dirinya sendiri. Pengenalan diri, dengan demikian, adalah tangga yang harus dilewati seseorang untuk mendaki ke jenjang yang lebih tinggi dalam rangka mengenal Tuhannya. Keberanian untuk melakukan penggeledahan dan interogasi diri merupakan inti keberagamaan yang akan menghantarkan diri seseorang kepada derajat yang terus meningkat dari satu tingkat (*maqam*) tertentu ke tingkat ruhani berikutnya yang lebih tinggi.

Mengenal selintas *maqam-maqam* tersebut seolah-olah mustahil nilai-nilai kesufian dapat diwujudkan dalam kehidupan yang serba modern ini. Namun, jika *maqam-maqam* tersebut dipandang semata-mata sebagai upaya pendakian ruhani menuju rida Allah, maka *maqam-maqam* tersebut adalah acuan yang memang harus dimiliki mereka yang benar-benar merindukan leburnya diri kembali kepada Yang Maha Hakiki.

Menengok pada wabah yang menjangkiti dunia modern seperti konsumerisme yang seolah tak mengenal kata puas, hedonisme yang telah menyebabkan merajalelanya aids, serta materialisme yang cenderung mencekal nilai-nilai spiritual; semua itu mengantarkan kita pada kesimpulan bahwa pada kehidupan yang semata-mata dipimpin oleh otak dan ketrampilan teknologis itu perlu diimbangi dan dikendalikan dengan kebeningan hati. Dan, melalui sudut pandang kesufian kiranya kehidupan beragama akan mampu mewujudkan pribadi-pribadi yang seimbang seperti itu.

Terkait dengan kondisi tersebut di atas, Hanna Djumhana Bastaman, Ketua Dewan Pakar Asosiasi Psikolog Islam (API), melihat perlunya dicarikan jalan keluar bagi penyakit kejiwaan yang kian beragam jenisnya itu. Dalam

kaitan ini, sudah lama para pakar psikolog Muslim menerapkan model psikoterapi yang bercorak Islami sebagai alternatif dari sejumlah terapi yang ada. Bantuan konseling melalui pendekatan agama tersebut diharapkan lebih mampu menuangkan pandangan positif terhadap manusia serta mengakui adanya unsur spiritual dalam diri di samping unsur ragawi, kejiwaan, dan juga sosial budaya.

Lebih lanjut menurutnya, ragam masalah kejiwaan tersebut kerap kali bersumber dari krisis jati diri, tak jelasnya makna hidup dan tujuan hidup, kehampaan hidup, meningkatnya keserakahan dan sengketa kepentingan, serta melunturnya nilai-nilai tradisi dan penghayatan agama. Dan berkembangnya masalah kemanusiaan ini merupakan tantangan bagi para pakar ilmu dan humaniora, khususnya psikologi, untuk mengembangkan berbagai pendekatan efektif dan terobosan kreatif untuk menghadapinya. "Psikologi Islam salah satu solusi," ujarnya.

Sedangkan mengenai bangunan pembeda antara wawasan Islami dan wawasan psikologi yang telah ada, lanjutnya, sebenarnya jelas dalam pandangan al-Ghazali tentang al-Qur'an mengenai manusia sebagaimana berikut:

- a. al-Qur'an memberi penghargaan yang cukup tinggi terhadap martabat umat manusia dengan julukan kehormatan yang diberikan kepada manusia sebagai "khalifah di bumi."
- b. Fitrah manusia adalah suci dan beriman.
- c. al-Qur'an menyatakan adanya ruh pada manusia disamping raga dan jiwanya. Ruh ini sudah ada sebelum manusia dilahirkan, selama ia masih hidup, dan setelah berpulang.

Ketiga hal di ataslah yang membedakan antara wawasan Islami dengan wawasan filsafat dan teori psikologi yang ada. Landasan ini menunjukkan bahwa kajian psikologi Islami hendaknya meliputi dimensi ruhani (spiritual-imani) selain dimensi ragawi (fisik-biologis), dimensi kejiwaan (psikoedukasi) dan dimensi lingkungan (sosio-kultural). Dimensi ruhani yang dimaksud bukanlah ruh sejenis tumbuhan (*al-nafs al-nabatiyah*) atau ruh hewan (*al-Nafs al-hayawaniyyah*), dan juga bukan hasrat-hasrat rendah (*al-Hawwa*), melainkan sejenis ruh yang teramat halus dan luhur yang dikaruniakan Allah hanya

kepada manusia semata. Tujuannya, agar manusia mempunyai hubungan ruhaniyah dengan sang pemilik ruh itu; Allah ta'ala. Demikian pula dengan akal (*al-Aql*), hati (*al-Qalb*), dan *al-Nafs* yang keseluruhannya menjadi bagian tak terpisahkan dalam pengkajian perilaku manusia dalam psikologi Islami.

Dan walaupun diruntut ke belakang, kajian tentang masalah "jiwa" sebenarnya bukanlah hanya dibahas oleh dunia psikologi dan filsafat, tetapi juga oleh agama. al-Qur'an (dan hadis) lebih dari 300 kali berbicara tentang jiwa (*nafs*), tetapi perbedaan sejarah keilmuan Islam menyebabkan ilmu semacam psikologi tidak lahir dari peradaban Islam.

Di Barat, pertumbuhan ilmu pengetahuan terpisah sama sekali -bahkan bermusuhan- dengan Gereja, oleh karena itu psikologi (dan ilmu lainnya) sama sekali tidak dibimbing oleh agama (Gereja), dan oleh karena itu psikologi tidak menyentuh iman, dosa dan keyakinan kepada akhirat, mengenal sehat dan tidak sehat tetapi tidak mengenal baik buruk. Psikologi Agama pun sebagai ilmu Barat tidak berbicara tentang kebenaran agama tetapi tentang bagaimana pengalaman beragama mempengaruhi tingkah laku penganutnya.

Dalam sejarah keilmuan Islam, al-Qur'an sangat mendorong penganutnya untuk menggunakan akalanya. Perjalanan ilmu pengetahuan bukan saja diilhami oleh kitab suci, tetapi juga dikawal oleh para ulama. Kajian tentang jiwa tidak dibahas sebagai tingkah laku, tetapi dibahas dalam konteks hubungan manusia dengan Tuhan, oleh karena itu ilmu yang lahir bukan Psikologi, tetapi ilmu akhlak dan tasawwuf. Ilmu akhlak berbicara bagaimana memperbaiki perilaku manusia, sedangkan tasawwuf berbicara tentang bagaimana manusia bisa merasa dekat (mendekatkan jiwa) dengan Tuhan. Psikologi Islam adalah satu kajian yang bernuansa psikosufistik, bersumber dari al Qur'an sebagai sumber utama, dengan asumsi bahwa al Qur'an adalah brosur tentang jiwa yang dikeluarkan oleh Sang Pencipta. Disamping al Qur'an juga dari hadis dan tradisi keilmuan Islam, ditambah penelitian empirik. Psikologi Barat digunakan sebagai alat bantu untuk memahami ayat al Qur'an dan konsep-konsep Psikologi, karena ternyata jejak-jejak pemikiran Ibn Sina tentang pengobatan jiwa, Ibn Sirin tentang tafsir mimpi, Imam al-Ghazali, al Muhasibi tentang kajian pribadi ternyata sudah diserap dalam Psikologi Barat.

Jika Psikologi modern dibatasi hanya untuk menguraikan, meramalkan dan mengendalikan peristiwa mental dan tingkah laku manusia, *“Psychology is the science that attempts to describe, predict, and control mental and behavioral events,”* Psikologi Islam menambahkan tugasnya; juga untuk bagaimana membentuk tingkah laku yang baik serta mendorong manusia agar merasa dekat dengan Tuhan.

Perbandingan antara Psikologi barat dan Psikologi Islam sebenarnya bak teori sepeda motor. Psikologi barat sebagai ilmu pengetahuan sudah sangat maju, kaya dengan metodologi dan kaya dengan hasil penelitian empirik, sementara Psikologi Islam masih sangat miskin dengan penelitian empirik. Ibarat sepeda motor, Psikologi Barat langsung menaiki sepeda motor itu ke berbagai medan jalanan tanpa melihat brosur dari pabriknya. Dari pengalaman lapangan yang banyak itu Barat sudah memiliki banyak pengetahuan tentang karakteristik sepeda motor itu. Tetapi karena tidak membaca brosur dari pabrik, maka Psikologi barat sering mengalami trial and error. Lihat saja bagaimana perkembangan lahirnya teori Psikoanalisa, behaviorisme, Kognitif hingga Humanisme. Baru-baru inilah Psikologi Barat mulai meraba-raba wilayah kecerdasan spiritual yang sesungguhnya lebih merupakan wilayah agama. Pada saatnya nanti pasti akan ketemu, bahasan kecerdasan spiritual Psikologi dan kecerdasan ruhaniyah tasawwuf (agama).

Sedangkan Psikologi Islam, ketika melihat sepeda motor, yang pertama kali dilakukan adalah membaca brosurnya dari pabrik. Al-Qur'an adalah brosur tentang manusia (dan jiwanya) yang disusun oleh sang Pencipta. Sekarang Psikologi Islam baru menguasai karakteristik sepeda motor itu dari bahan-bahan yang ada di brosur, belum banyak pengalaman empirik di lapangan. Pada saatnya nanti, ketika Psikologi Islam juga sudah kaya dengan pengalaman empirik, Psikologi Islam akan bisa menjadi mazhab ke lima setelah Psikologi Humanisme.

Karenanya, kemunculan tema-tema Psikologi Islami di Indonesia (Adi, Bastaman, Nashori), Nafsiologi (Sukanto), Psikologi al-Qur'an (Saksono), Psikologi Qur'ani (Turmudhi), sampai Psikologi Ilahiyyah (Azzaino), merupakan manifestasi dari keinginan sekelompok psikolog dan para pemikir psikologi untuk mempertemukan dunia Psikologi dan Islam. Fenomena semacam ini timbul dari suatu kesadaran bahwa perpaduan antara keduanya

diharapkan akan menimbulkan suatu kekuatan baru yang mampu mentransformasikan kehidupan manusia modern.

Ada dua alasan mendasar mengapa para psikolog Muslim, khususnya, merasa perlu untuk menghadirkan perjumpaan antara Psikologi dan Islam. Alasan yang paling utama, sebagaimana disebutkan di atas, adalah karena tidak hanya ilmu Psikologi yang mempunyai pandangan-pandangan tentang manusia, namun Al-Qur'anpun, sebagai sumber utama agama Islam, menunjukkan pembahasan tentang hal yang serupa. Allah, sebagai pencipta manusia, tentunya tahu secara nyata dan pasti tentang siapa manusia itu sendiri. Maka lewat al-Qur'an inilah, Allah memberitakan rahasia-rahasia tentang manusia kepada hamba-Nya. Karenanya, al-Qur'an (wahyu) adalah sumber yang selayaknya dijadikan acuan utama untuk mengetahui manusia secara mendetail.

Alasan ini didukung oleh alasan lain yang bersifat sekunder, yaitu adanya kesadaran bahwa Psikologi modern menghadapi beragam krisis. Ahli-ahli Psikologi modern, baik dari kalangan Islam, Dunia Timur, maupun dari Barat sendiri telah melontarkan sejumlah kritik pada psikologi Modern. Malik B. Badri misalnya, ia adalah ilmuwan muslim yang telah melakukan koreksi teoritis maupun praktis terhadap psikologi modern.<sup>126</sup> Bahkan di mata ilmuwan Psikologi Barat lainnya, krisis Psikologi Modern ini telah berkembang sedemikian jauh sehingga ia bisa dikategorikan dalam berbagai macam krisis.<sup>127</sup>

Berangkat dari dua alasan di atas, bukan hal yang aneh bila dewasa ini terdapat berbagai upaya manusia untuk mempertemukan kedua disiplin ilmu tersebut dalam bingkai keilmuan yang lebih paradigmatis. Suatu paradigma Psikologi yang bernuansa Islam, dengan al-Qur'an sebagai rujukannya dan implementasi nilai-nilai Tasawwuf sebagai langkah teurapeutiknya.

Namun demikian, sebagai sebuah diskursus yang masih relatif hangat ini, perpaduan antara keduanya tentu saja menghadapi banyak tantangan; baik dari segi konsep, metodologi penggabungannya, ataupun dari segi nilai yang dipertahankan sebagai sebuah filter atas kekhawatiran tereduksinya

---

<sup>126</sup>Malik Badri, *Dilema Psikolog Muslim*, terj. (Jakarta, Pustaka Firdaus, 1985), 2.

<sup>127</sup>Fuat Nashori, "Psikologi Islami; Sebuah Pespektif." dalam *Membangun Paradigma Psikologi Islami* (Yogyakarta; Press, 1994), 94.

asas-asas pemikiran keduanya. Hal ini dikarenakan, pandangan dikhotomis antara agama dan ilmu, tidak bisa dipungkiri, masih dominan di kalangan ilmuwan modern. Pemikiran bahwa ilmu bekerja pada dataran empirik, sementara agama bekerja pada dataran mistis-non empirik masih begitu mengakar dan menjadi barang baku dalam pemikiran mereka. Kedua-duanya seakan-akan mempunyai wilayah kerja yang berbeda-beda, tak bersentuhan sama sekali dan pada saat tertentu malah saling bertentangan. Sehingga daripada itu, kalau dikategorikan, ambivalensi yang terdapat di kalangan para psikolog dalam upaya integrasi ini menghadirkan dua golongan pemikir.

Golongan pertama, adalah golongan yang menginginkan integrasi agama itu hanya pada tataran aksiologi (penerapan) ilmu. Mereka mengharapkan adanya intervensi agama berupa masuknya nilai-nilai moral agama sebatas penerapan ilmu semata. Pemikiran ini berangkat dari implikasi negatif yang mereka alami, ketika mereka melihat realitas ilmu pengetahuan dan teknologi yang melesat cepat tanpa kendali agama. Realitas membuktikan bahwa kemajuan ilmu dan teknologi tanpa agama telah merongrong rasa kemanusiaan mereka. Namun disisi yang lain, mereka melihat bahwa, agama tidaklah mempunyai konsep yang nyata tentang ontologi dan epistemologi ilmu. Agama hanya bernilai spiritual belaka yang bermuatan sugesti pada kemajuan sains dan acuan normatif bagi penerapan ilmu itu sendiri. Sehingga, mereka hanya memformulasikan integritas antara ilmu dan sains yang hanya terbatas pada tataran aksiologi semata.

Sementara golongan kedua lebih membutuhkan adanya integrasi ilmu agama dalam arti yang luas, mulai dari ontologi, epistemologi sampai aksiologi. Pada golongan ini, mereka mengharapkan agama memberi pandangan dunia terhadap ilmu, menjadi sumber ilmu, dan tentu juga menjadi penjaga moral penerapan ilmu. Pandangan ini berangkat dari ketidakpuasan yang dialami orang yang menggeluti kedua bidang tersebut secara mendalam. Mereka terbentur oleh beberapa kesulitan bila harus mengikuti dua pandangan yang berbeda dan bahkan bertentangan satu sama lain. Apabila mereka memakai baju agama misalnya, maka itu berarti mereka harus memegang nilai-nilai agama, sementara kalau berbaju ilmu pengetahuan, mereka harus memegang kaidah-kaidah ilmu. Sedang yang selama ini menjadi landasan pemikiran mereka adalah, dalam kaidah ilmu mereka harus skeptis terhadap semua hal dan tidak dikenal adanya iman



(kepercayaan). Padahal sebagai orang yang beragama, mereka harus mengedepankan iman. Iman adalah awal dari segala pemikiran dan tindakan mereka. Untuk itu, mereka menginginkan integrasi secara komprehensif antara kedua wilayah tersebut.

Golongan kedua inilah yang banyak diikuti oleh para ilmuwan. Mereka mengatakan bahwa kemajuan-kemajuan material (ilmu pengetahuan dan teknologi) harus dibarengi oleh kemajuan moral-spiritual. Moral agama hendaknya selalu hadir dalam setiap momen penerapan ilmu. Kita mungkin setuju dengan pandangan di atas, namun masalahnya kemudian adalah dapatkah agama berperan sebagai sumber ilmu pengetahuan?

Sebelum menjawab pertanyaan ini, ada baiknya saya ungkapkan dua kelompok pandangan yang selama ini mencoba memberi jawaban atas pertanyaan di atas.<sup>128</sup>

Kelompok pertama, adalah mereka yang menjadikan agama hanya sekadar sebagai alat justifikasi terhadap penemuan-penemuan ilmiah. Mereka mengumpulkan fenomena-fenomena serta bukti-bukti empirik, yang kemudian dicarikan keseimbangannya dalam kitab suci al-Qur'an. Mereka berfikir secara induktif. Terhadap pandangan ini ada sebuah kritikan ekstrim yang mengatakan bahwa, mereka hanya mencari enakunya saja dengan berkata: "penemuan itu sudah tertulis di kitab suci kami."

Kelompok kedua, adalah mereka yang menjadikan agama sebagai sumber hipotesis ilmu. Mereka meyakini bahwa ajaran-ajaran agama adalah mutlak kebenarannya. Dengan kerangka metodologi yang cukup ketat, ajaran-ajaran agama itu mereka jadikan sebagai hipotesis untuk dibuktikan kebenarannya. Dhikir (mengingat Allah) misalnya, sebagai salah satu hipotesis ajaran Islam, dijadikan ajang penenang hati. Cara seperti ini dalam batas-batas tertentu dapat dibenarkan. Artinya, tidaklah salah untuk membuktikan kebenaran ajaran agama dengan metodologi ilmiah. Namun kekhawatiran lain akan muncul, yaitu ketika hasil akhir penelitian yang dilakukan itu ternyata berbeda dengan hipotesis agama tadi. Karena dengan demikian, tentu saja, ia pada gilirannya akan menghadirkan keraguan bagi

---

<sup>128</sup> Jamaludin Ancok dan Fuat Nashori, *Psikologi Islami; Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1994), 124-126.

pemeluknya, bahkan tidak sedikit menyebabkan para pemeluknya memilih untuk jauh dari agama tersebut.

Berangkat dari preposisi; *'al-muhafazatu 'ala al-Qadimi al-salih, wa al-akhddhu bi al-jadidi al-aslah'* (Menjaga pemikiran lama yang baik dan mengambil pemikiran baru yang lebih baik lagi), maka bukankah selayaknya kita mengakomodasikan dan memanfaatkan dua pandangan di atas, sehingga agama dapat berperan sebagai motivator, petunjuk, dan pemberi kerangka dasar; sumber pengetahuan ilmiah, dan sekaligus penjaga moral dalam penerapan ilmu.

Dalam hal ini, psikologi sebaiknya dianggap sebagai upaya manusia untuk membuka rahasia hukum-hukum Tuhan yang bekerja pada diri manusia dengan menggunakan segenap daya akal budi dan keimanannya.<sup>129</sup> Sudah barang tentu, bahwa hasil upaya ilmiah itu tidak mungkin mampu menjelaskan tuntas seluruh Sunatullah, maksimal hanya mampu membuka setetes kebenaran dari samudra kemaha benaran Sunatullah. Namun setidaknya, upaya telaah psikologi banyak sekali yang mendukung kebenaran agama, Karena pada dasarnya, Agama (al-Qur'an & al-Hadith) sarat dengan asas-asas maha benar mengenai psikologi. Dengan demikian terbukalah celah-celah hubungan diantara keduanya: Agama menawarkan asas-asas, landasan dan arahan (maha benar) bagi psikologi, sebaliknya psikologi menyediakan perangkat metodologi dan eksplanasi-ilmiah (sementara) bagi agama. Dalam hal ini jelas bahwa Islam memberi pedoman dan menyempurnakan psikologi. Bahkan tidak jarang pula agama jauh lebih dahulu mengungkapkan kebenaran-kebenaran ilmiah ketimbang sains dan teknologi.<sup>130</sup>

Dengan kata lain, langkah yang paling tepat terkemudian dalam menghasilkan suatu pendekatan baru dalam mengintegrasikan antara Psikologi dan Islam, adalah bukan memulainya dari nol melainkan harus dimulai dari penemuan mutakhir yaitu menyambung temuan-temuan yang selama ini dihasilkan ilmuwan-ilmuwan psikologi. Karena apa yang mereka hasilkan adalah sumbangan yang sangat berharga bagi peningkatan kesejahteraan manusia. Dan sebagai sebuah temuan ilmiah, khazanah

---

<sup>129</sup> "Nanti akan kami perlihatkan kepada mereka ayat-ayat (tanda-tanda kekuasaan) Kami di ufuk-ufuq (tepi-tepi langit) dan pada diri mereka sendiri, sehingga teranglah bagi mereka, bahwa al-Qur'an ini sebenarnya (daripada Allah)." QS. *al-Shura'*, 53.

<sup>130</sup> Ibid., 97.

psikologi modern itu tentu saja tidak luput dari beberapa kekurangan. Disinilah, tugas para psikolog Muslim untuk memperbaikinya dengan konsep-konsep Islam mengenai manusia.

Pengejawantahan langkah tersebut di atas, menurut Bastaman, bukanlah berarti menghapus, atau menganggap salah sama sekali wawasan-wawasan, teori, sistem, metodologi, teknik-teknik pendekatan yang sudah ada dan berkembang di lingkungan psikologi dewasa ini, melainkan bertujuan untuk melengkapi, menyempurnakan, dan melakukan penafsiran baru serta memberikan pandangan integral terhadap konsep-konsep yang sudah ada. Dengan demikian, Islam lebih merupakan koreksi teoritis terhadap psikologi Barat.<sup>131</sup>

Memperbaiki konsep yang telah mapan, bukan merupakan hal yang ringan, melainkan hal yang sangat berat untuk dilakukan. Disamping diperlukan telaah banding antara kedua wawasan tersebut; wawasan Islami dan wawasan psikologi mengenai manusia, dicari pula persamaan dan perbedaannya serta relevansinya, kemudian dilakukan reorientasi-falsafi dari wawasan psikologi kepada wawasan Islami mengenai manusia. Sebagai contoh adalah asas *theosentrisme* dan dimensi ruh sebagai unsur-unsur utama dalam wawasan Islami mengenai manusia yang yang diharapkan dapat mengubah wajah psikologi sekuler menjadi wajah Psikologi Islami.

Masalahnya Kemudian adalah bagaimana meletakkan asas *theosentris* tersebut untuk dimasukan pada wawasan psikologi pada umumnya berorientasi *antroposentris*? atau apakah yang harus dilakukan agar dimensi ruh yang diyakini ada dalam diri manusia dapat diterima sebagai salah satu dimensi insani selain dimensi ragawi, kejiwaan, sosio-kultural yang selama ini diyakini psikologi sekuler ?.

Dalam meresponi hal ini, ada suatu pengembangan pemikiran yang cukup menarik telah dikemukakan oleh Hanna Djumhana Bastaman, sebagai salah seorang psikolog yang sangat antusias dalam membahas dan mengembangkan Psikologi Islami. Dalam perspektifnya, salah satu kelemahan teori Psikologi Barat yang terlalu antro-po-sentris itu hendaknya diberi tekanan yang khusus terhadap faktor Tuhan. dan karenanya Bastaman

---

<sup>131</sup>Bastaman, *Integritas Psikologi Dengan Islam*, 38.

mengintroduksir pendekatan baru dengan istilah yang disebutnya *antropo-religius-sentris* sebagai orientasi filsafat Psikologi Islami.<sup>132</sup>

Dengan begitu, dapat dikatakan, Bastaman memandang psikologi barat mempunyai relevansi dengan konsepsi Islam tentang manusia. Untuk itu, ia mencoba menghadirkan Islam sebagai upaya memperbaiki konsep-konsep psikologi. Pendapat ini semakin diperkuat bila melihat rumusan Bastaman tentang struktur kepribadian manusia. Ia mencoba merumuskan suatu struktur kepribadian manusia dengan memasukan elemen-elemen atau dimensi-dimensi kepribadian dari teori-teori kepribadian psikoanalisis (kognisi-afeksi-konasi-psikomotor), dan psikologi behaviorisme (dimensi-dimensi somatis-psikis-noetik). Gabungan dimensi humanistik (dimensi-dimensi somatis-psikis-noetik). Gabungan dimensi-dimensi itu ditarik dan dinaungi oleh suatu unsur yang disebut ruh, dan itulah yang disebut sebagai struktur kepribadian manusia versi psikologi Islami Bastaman.

Suatu rumusan teori yang sangat paradigmatis di atas adalah peluang yang perlu ditindak lanjuti oleh para psikolog lainnya, mereka yang tidak memisah-misahkan dan mengkotak-kotakan kedua kurnia Ilahi itu: agama dan sains. Berbagai upaya dan kerjasama tentu saja harus diupayakan terus menerus guna menjelmakan sebuah psikologi yang dilandasi oleh citra manusia menurut al-Qur'an; Psikologi Islami.

---

<sup>132</sup> Ibid., *Dari Antropo-sentris Ke Antropo-Religious-Sentris*, 87.

## BAB VI

# P E N U T U P

### A. Kesimpulan

Dalam bab pendahuluan telah dikemukakan bahwa tujuan penelitian ini adalah melihat persamaan dan perbedaan pemikiran antara Frankl dan al-Ghazali mengenai dimensi spiritualitas manusia. Untuk mencapai tujuan itu, diperlukan suatu upaya menggambarkan secara utuh pemikiran tokoh dimaksud, agar semakin jelas bahan yang akan ditelaah. Dan bila disimpulkan, keseluruhan pembahasan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

Logoterapi adalah sebuah corak Psikoterapi yang dikembangkan oleh Viktor E. Frankl, seorang neuropsikiater dari Wina, Austria. Pengalamannya yang tragis, ketika ia berada dalam kam konsentrasi maut Nazi pada Perang Dunia II, telah melahirkan produk pemikiran yang sangat berarti bagi pengembangan Psikologi Modern; Logoterapi. Logoterapi tidak semata-mata sebagai sebuah terapi, namun juga sebuah filsafat manusia, teori kepribadian, teori psikopatologi, dan pelatihan pengembangan pribadi.

Logoterapi secara umum dapat digambarkan sebagai aliran yang dilandasi oleh filsafat hidup dan wawasan mengenai manusia yang mengakui adanya dimensi keruhanian, disamping dimensi ragawi dan dimensi kejiwaan (termasuk dimensi sosial). Frankl meyakini bahwa ada dimensi lain pada manusia di samping dimensi raga dan dimensi kejiwaan, yaitu dimensi *neotic* atau sering disebut dimensi *spiritual* (keruhanian). Dimensi ini merupakan sumber kekuatan yang menunjang kesehatan manusia yang tidak boleh diabaikan dalam sebuah terapi dan pengembangan terapi. Namun demikian, konsep dimensi spiritual, Frankl menyebutnya dimensi *noetic*, dalam Logoterapi tidak mengandung konotasi agamis. Tetapi ia semata-mata dimensi luhur manusia yang menjadi sumber dari kualitas-kualitas psikofisik yang khas insani yang sejauh ini tidak menjadi tema telaah psikologi sebelumnya; Psikologi Behaviorisme dan Psikoanalisis. Pandangannya yang sekuler ini secara tegas diakui sendiri oleh Frankl.

Disamping itu, Logoterapi beranggapan pula bahwa kebebasan berkehendak, hasrat untuk hidup bermakna, dan makna hidup, tiga pilar filosofis wawasan insani, merupakan motivasi dasar manusia yang harus dijadikan sebagai titik tolak untuk mengembangkan teori kepribadian. Dalam pandangan ini diikut sertakan pula kemampuan khusus manusia, yakni *self detachment* dan *self transcendence*, yang keduanya mencerminkan adanya kebebasan dan rasa tanggungjawab.

Dari sini dapat dipahami bahwa Frankl dengan Logoterapinya mencoba membangun citra manusia yang utuh. Manusia yang mempunyai potensi untuk mengaktualisasikan diri dengan memikul tanggung jawab atas kebebasan yang diberikan kepadanya dalam mengambil sikap dan memilih suatu tindakan. Wawasan Frankl yang telah memasukan kualitas-kualitas insani dalam psikologi, sebagaimana disebutkan di atas, memiliki kesamaan dengan wawasan al-Ghazali. Dalam kitabnya *Ihya' Ulum al-Din* terlihat bahwa iapun juga membenarkan manusia tersusun dari unsur materi dan immateri, atau jasmani dan ruhani. Dan unsur ruhani dalam perspektifnya sangatlah ditekankan demi keselamatan dan kebahagiaan manusia.

Dengan menggunakan empat istilah, yakni *al-Qalb*, *al-Ruh*, *al-Nafs*, dan *al-'Aql*, ia mencoba mengapresiasi konsepnya tentang spiritualitas manusia. Dalam perspektifnya, keempat istilah tersebut, memiliki dua makna; fisik dan metafisik. Makna fisik, yang dimaksud al-Ghazali, adalah makna yang sejauh ini menjadi bidang telaah Psikologi (ilmu jiwa), sedang metafisiknya menjadi kajian utama Tasawwuf. Makna metafisik inilah yang dimaksud al-Ghazali sebagai dimensi spiritual manusia yang bersifat *latif*, yang merupakan hakikat diri dan zat manusia. Derivasi makna ini kemudian ikut mewarnai tipologi al-Ghazali dalam menggolong-golongkan kualitas-kualitas insani dan metode-metode peningkatan derajat *nafs* yang diawali dengan mengosongkan jiwa dari sikap tercela, kemudian mengisinya dengan berbagai sifat terpuji dan akhirnya bermushahadat ke hadirat Allah. Dari sini dapat dipahami, bila dikaitkan dengan pengembangan kepribadian dan kesehatan jiwa manusia di abad modern ini, pemikiran al-Ghazalipun sangatlah relevan guna menjelaskan dan menganalisis berbagai aspek yang berkaitan dengan diskursus spiritual manusia.

Berangkat dari preposisi-preposisi di atas, tampak antara Frankl dan al-Ghazali memiliki pandangan yang sama di satu sisi, dan berbeda di sisi yang

lain. Persamaannya terlihat pada pandangan mereka memaknai manusia yang memiliki citra yang positif, kualitas insani, manusia yang senantiasa dikungkungi oleh faktor instink/biologis, faktor untuk mencapai target dan hasrat untuk mencapai hidup bermakna. Sedangkan perbedaannya terlihat pada pembagian struktur dan makna dari spiritual itu sendiri, hakikat manusia, potensi, implikasi pandangan mereka dan orientasi filsafat keduanya.

Manusia dalam perspektif kedua tokoh tersebut dipandang sebagai makhluk yang memiliki citra yang positif dan eksistensi yang baik. Dalam kedudukannya menjadi (*becoming*), manusia mempunyai asas-asas dan kualitas insani. Manusia dapat menjalankan kehidupannya dengan sebaik-baiknya, karena manusia dilengkapi dengan sejumlah potensi-potensi yang memungkinkannya dapat memikul tugas tersebut. Potensi-potensi (Kualitas insani) ini saling berhubungan dan saling melengkapi. Orang-orang yang sehat dan teraktualisasikan telah menyerap potensi-potensi itu ke dalam diri, Semakin terarah orang membina atribut kualitas dirinya itu, maka semakin tegar ia bergerak mencapai makna hidupnya. Begitu pula sebaliknya, semakin kualitas insani itu diingkari dari kehidupannya, maka semakin ia termarginalisasi dari sistem psikofisik dirinya dan lingkungannya hingga pada akhirnya ia akan selalu terkungkungi faktor biologis yang destruktif mengitarinya. Untuk itu, program kedua tokoh ini adalah mengembangkan kesadaran akan potensi dan kualitas insani manusia dengan berbagai kreatifitas yang memotivasi hasratnya untuk mencapai hidup bermakna dan memiliki target yang ingin dicapai, yakni kebermaknaan hidup.

Meskipun dalam beberapa konsep di atas, kedua tokoh tersebut memiliki persamaan, namun demikian, oleh karena kedua tokoh tersebut lahir dari latar belakang pemikiran yang berbeda, maka pemaknaan merekapun terhadap unsur spiritual manusia, sebagai tema sentral karya ilmiah ini, mempunyai perbedaan visi. Pandangan Frankl tentang kesatuan raga-jiwairuhani memang agaknya terlihat serupa dengan pandangan al-Ghazali mengenai manusia yang secara *fitriah* memiliki ruh (metafisik) disamping raga dan jiwanya (fisik). Namun antara keduanya berangkat dari substansi yang berbeda. Konsep ruh dari Tri determinan manusia diatas ternyata bukanlah ruh yang dimaksud dalam artian agama, ia hanya merupakan aspirasi manusia untuk hidup bermakna. Sedang ruh dalam perspektif al-Ghazali

adalah ruh yang dikurniakan Tuhan kepada manusia bukan sembarang ruh, melainkan ruh yang suci dan sangat luhur.

Begitu pula tentang hakekat manusia. Imam al-Ghazali memandang fitrah kemanusiaan itu suci dan beriman, sedangkan Viktor E. Frankl sebagai psikolog beraliran humanistik-eksistensial ini memandang manusia sebagai makhluk yang baik. Dengan landasan fitrah ini, secara diametral, konsepsi al-Ghazali tidaklah sesuai dengan pandangan Frankl yang beranggapan bahwa manusia itu sepenuhnya baik dan dengan demikian akan cenderung punya pandangan untuk menjadi penentu tunggal bagi kehidupannya sendiri. Pandangan seperti ini akan memberi peluang kepada manusia untuk menyombongkan diri, dan mengabaikan kebesaran dan kekuasaan Tuhan serta merasa mampu melakukan *play god*. Dengan landasan fitrah ini, al-Ghazali pada dasarnya ingin membuktikan bahwa kualitas-kualitas insani yang dimiliki manusia tidaklah berdiri sendiri ataupun memiliki kekuatan absolut atas alam sekitarnya, namun ia merupakan pancaran dari nur ilahi. Potensi diri manusia hanyalah merupakan segelintir manifestasi dari kemahabesaran Tuhan yang selalu membutuhkan petunjuk dari pesan-pesan moral para nabi dan rasul-Nya. Untuk itu, implikasi teurapetik yang diterapkan al-Ghazali tidaklah mengacu pada kesehatan psiko-fisik manusia, namun lebih dari itu pembersihan jiwa atau spiritual mereka menuju kesucian spiritual Ilahi.

Pemikiran al-Ghazali di atas memiliki pandangan yang sangat berbeda secara diametral dengan pandangan Frankl, yang memandang manusia berpredikat baik. Optimisme Frankl yang memandang manusia senantiasa mampu berdiri sendiri mengentaskan problematika kehidupan manusia tanpa adanya intervensi tangan Tuhan sebagai manifestasi segala aktifitasnya, pada gilirannya telah jatuh pada pengagungan kualitas insani. Sehingga kemudian wajar bila implikasi teurapetiknya hanya berorientasi ke bawah, atau bagaimana menyembuhkan krisis yang dialami manusia semata. Perbedaan Pola pemikiran tersebut menunjukkan pula perbedaan lain, yakni pola orientasi filsafat keduanya. Hakikat manusia sebagai *the center of relatedness* jelas menunjukkan bahwa orientasi filsafat Frankl adalah antroposentris (antropos = manusia; sentris = pusat), yakni pandangan yang menempatkan manusia sebagai penentu utama semua peristiwa yang menyangkut masalah manusia



dan kemanusiaan. Ini jelas berbeda dengan wawasan al-Ghazali mengenai manusia yang menganut paham theosentris (theo = tuhan; sentris = pusat).

Dari paparan di atas, dapat dikatakan bahwa antara kedua disiplin ilmu; psikologi dan Tasawwuf ini dapat dipertemukan dalam bingkai keilmuan yang lebih paradigmatis. Ketimpangan-ketimpangan yang ada dalam dunia psikologi dapatlah kiranya disempurnakan dengan pandangan dan nuansa yang Islami. Namun ini tidaklah berarti penulis mengiyakan suatu cara berfikir yang tambal sulam, dimana Islam dipandang hanya sebagai pelengkap bagi kekurangan Psikologi Barat atas studi-studi manusia. Sehingga kemudian Islam dibuat relevan dengan Psikologi Barat, terlebih lagi pada model pemikiran Barat. Suatu alternatif yang radikal terhadap psikologi Barat adalah memang suatu keharusan bagi para psikolog Muslim. Namun idealnya, ia dijadikan sebagai disiplin ilmu yang dibangun atas prinsip-prinsip Islam dan tidak di atas teori-teori atau konsep-konsep Psikologi modern.

## **B. Diskusi dan Saran**

Upaya-upaya mengintegrasikan psikologi dan Islam yang dilakukan beberapa psikolog Muslim, pada dasarnya merupakan upaya untuk membangun sinergi baru. Karna makna mengintegrasikan dua kekuatan, berarti pula menyusun kekuatan baru yang lebih sekedar penjumlahan dari dua kreatifitas itu. Untuk itu, ide awal yang hendaknya diyakini oleh para psikolog Muslim bukan hanya mensitir beberapa ayat atau hadits sekadar sebagai alat justifikasi terhadap penemuan-penemuan psikologi, ataupun pula menjadikan agama sebagai sumber hipotesis ilmu. Namun lebih dari itu, membangun konstruk peradaban tentang manusia yang berwawasan Islami, yaitu dengan menjadikan psikologi sebagai upaya manusia untuk membuka rahasia sunnatullah.

Perjuangan mengembangkan suatu konstruk teori Psikologi Islami hendaknya ditekankan pada penggalian konsep-konsep manusia yang didasarkan pada al-Qur'an dan Sunnah Nabi (al-Hadith) bersamaan dengan membaca realitas alam manusia dan terus menerus mencoba melahirkan konsep-konsep alternatif. Seperti konsep yang diungkapkan oleh Sukanto Mulyomartono, bahasan tentang eksistensi manusia dalam Nafsiologi adalah

masalah nafs. Sedangkan Hanna Djumhana Bastaman secara khusus mengungkapkan bahwa masalah ruh adalah tema yang penting dalam diskursus Psikologi Islami. Lebih lanjut ia menawarkan konsep *antropo-religious-sentris* sebagai suatu upaya untuk tidak merubah secara radikal orientasi *antroposentris* kepada theosentris, namun menambah keimanan dalam *antroposentrisme*.

Kreatifitas dan keberanian kedua pemikir psikologi di atas dalam melakukan integrasi semacam itu layak diberi penghargaan, terlepas dari apakah kita setuju atau tidak dengan upayanya. Apa yang dilakukan keduanya adalah langkah penting guna merangsang kita untuk melahirkan konsep-konsep lain yang menarik untuk dirumuskan serta menggali kajian Psikologi Islami ini lebih mendalam lagi.

Dalam pergumulan menghasilkan pemikiran baru dalam diskursus Psikologi Islami, tampaknya ada beberapa hal yang ingin penulis tanggap sebagai sebuah saran bagi pemekaran psikologi Islami selanjutnya.

*Pertama*, Dari beberapa literatur yang dijadikan referensi dalam karya ilmiah ini, penulis melihat bahwa diskursus Psikologi Islami yang selama ini dijadikan wacana pembicaraan aktual seringkali masih berkisar dan berputar-putar pada kritik terhadap Psikologi Barat. Disamping itu, upaya awal menghasilkan konsep psikologi alternatif (Islami) yang sebenarnya pandangan dunia (world view)-nya masih selalu menggunakan pandangan dunia Barat. Belum ada suatu bangunan teori yang kokoh dan menjadi alternatif baru dalam khazanah psikologi modern. Meski banyak para psikolog Muslim yang concern terhadap kajian ini, namun hanya sedikit yang benar-benar dipandang dapat merumuskan konsep yang cukup serius. Kalaupun ada suatu konsep baru, konsep itupun senantiasa akan diulang-ulang pembahasannya oleh psikolog lainnya untuk dijustifikasi kebenaran teorinya.

*Kedua*, Dibanding islamisasi ilmu lainnya; Ekonomi, Politik, Sosiologi, dan lain-lain, tampak bahwa dalam ranah Psikologi, diskursus tersebut belum begitu pesat perkembangannya. Hal ini dimungkinkan karena kurangnya komunikasi gagasan antara pemikir dan peminat Psikologi Islami. Akibatnya adalah tidak adanya kesinambungan pemikiran satu dengan pemikiran yang lain. Seperti pengalaman penulis sendiri ketika mengajukan tema sentral Tesis

ini. Beberapa rintangan hadir memaknai tampilnya karya ilmiah ini yang dianggap keluar dari lintas pembahasan di lingkungan IAIN. Padahal penulis yakin, bahwa untuk meramu diskursus Psikologi Islami, perlu adanya kesinambungan pemikiran dengan institut yang berlabel Islami, seperti IAIN. Untuk itu, langkah selanjutnya diharapkan IAIN kemudian dijadikan ladang yang strategis pula bagi pengembangan ilmu-ilmu umum lainnya, khususnya ilmu Psikologi yang Islami.

Demikian agenda pemikiran yang dapat penulis ajukan dari hasil penelitian ini. Semoga karya ilmiah ini bermanfaat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, Syamsul, Agus Purwadi, Khairul Habil. *Spiritualitas Islam Dan Peradaban Masa Depan*. Yogyakarta: Sipress, 1996.
- Arberry, A.J. *Sufisme: Dimensi Esoterisme Islam*, terj. Arianto. Cet VI. Bandung: Mizan, 1993.
- Azra, Azyumardi. "Neo-Sufisme dan Masa Depan." dalam *Rekonstruksi dan Renungan Religius Islam*. Jakarta: Paramadina, 1996: 285-299.
- Al-Ghazali. *al-Munqidh Min al-Dalal*. Kairo: al-Maktab al-Fanni, 1962.
- Al-Ghazali. *Ihya' Ulum al-Din*. Juz 8. Beirut: Dar al-Fikr, 1980.
- Al-Ghazali. *Miskat al-Anwar*. Ed. Abu al-a'La al-'Afifi. tt.
- Al-Ghazali. *Permata al-Qur'an*. Saduran Saifullah Mahyuddin dari Jawahir al-Qur'an. Jakarta: Rajawali, 1985.
- Averi, Jhon dan Hasan Askari. *Menuju Humanisme Spiritual, Kontribusi Perspektif Muslim-Humanis*. terj. Hartono. Surabaya: Risalah Gusti, 1995.
- Ancok, Jamaluddin dan Fuat Nashori. *Psikologi Islami; Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1994.
- al-Rahman, Muhammad Fazl. *The Qur'anic Foundation and Structure of Muslim Society*. Pakistan: World Federation of Islamic Missions, 1973.
- Ahmad, Zainal Abidin. *Riwayat Hidup Imam al-Ghazali*. Jakarta: Bulan Bintang, 1975.
- Al-Dimashqi, Jamal al-Din al-Qasimi. *Mau'izat al-Mu'minin Min Ihya' 'Ulum al-Din*. Beirut: Dar al-Fikr, tt.
- Al-Taftazani, Abu al-Wafa' al-Ghazanimi. *Sufi dari Zaman ke Zaman*. Terj. Ahmad Rafi'i Usman. Bandung: Pustaka, 1985.
- Al-Blitari, Immun. *Rahasia Keajaiban Hati*. Surabaya: al-Ikhlash, 1992.
- Bergin, Allen E. "Psikoterapi dan Nilai-nilai Religius." terj. Darwin Ahmad dan Afifah Inayati. *Ulum al-Qur'an*. 4 (1994): 4-12.
- Badawi, Tabanah. *Sharah Ihya' Ulum al-Din*. Juz III. Kairo: Dar al-Ulum, tt.
- Badawi, Abd al-Rahman. *Mua'allafat al-Ghazali*. Damaskus: Majlis al-a'la, 1961.
- Bastaman, Hanna Djumhana. "Dimensi Spiritual Teori Psikologi Kontemporer, Logoterapi Viktor E. Frankl." *Ulum al-Qur'an*. 4 (1994). 14-21.
- Bastaman, Hanna Djumhana. *Meraih Hidup Bermakna: Kisah Pribadi Dengan Pengalaman Tragis*. Jakarta: Paramadina, 1996.

- Bastaman, Hanna Djumhana.. *Integrasi Psikologi Dengan Islam: Menuju Psikologi Islami*. Yogyakarta: Putaka Pelajar, 1995.
- Bastaman, Hanna Djumhana. "Dari Antroposentris ke Antropo-Religious-Sentris: Telaah Kritis Atas Psikologi Humanistik" dalam *Membangun Paradigma Psikologi Islami*. Yogyakarta: Sipress, 1994: 117-126.
- Badri, Malik. *Dilema psikolog Muslim*. terj. Jakarta: Pustaka Firdaus, 1985.
- Crapps, Robert W. *Dialog Psikologi dan Agama*. terj. Hardjana. Yogyakarta: Kanisius, 1993.
- Daradjat, Zakiyyah. "Aspek-aspek psikologi Dalam Karya al-Ghazali." dalam *Simposium tentang al-Ghazali*. Jakarta: BKS Perguruan Tinggi Islam Swasta se-Indonesia, 1985: 1-18.
- Daradjat, Zakiyyah. *Membina Nilai-nilai Moral di Indonesia*. Jakarta: Bulan Bintang, 1971.
- Daudi, Ahmad. *Kuliah Filsafat Islam*. Cet II. Jakarta: Bulan Bintang, 1986.
- Duane, Schultz. *Psikologi Pertumbuhan: Model-model Kepribadian Sehat*. Yogyakarta: Kanisius, 1993.
- Frankl, Viktor E. *The Will to Meaning, Foundation and Application Of Logotherapy*. America: New American Library, 1970.
- Frankl, Viktor E. *Man's Search for meaning; An Introduction to Logotherapy*. London: Eght Impression, Hodder and Stoughton, Ltd, 1977.
- Frankl, Viktor E. *The Doctor and The Soul*. Penguin Books, Hazell Watson & Viney Ltd.: Great Britain, 1973.
- Fromm, Erich. *Revolusi Harapan*. terj. Kamdani. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1996.
- Fromm, Erich. *Psikoanalisa dan Agama*. terj. Muhsin Manaf dan Shalahuddin. Surabaya: Pelita Dunia, 1988.
- Hidayat, Komaruddin. "Manusia dan Proses Penyempurnaan Dirinya." dalam *Kontekstualisasi Doktrin Islam Dalam Sejarah*. Jakarta: paramadina, 1994: 187-200.
- Haddad, Abdullah. *Al-Fusul al-'Ilmiyah wa al-usul al-Hukmiyah*. Kairo: Matba'ah al-Madani, 1965.
- Jaya, Yahya. *Spiritualisasi Islam Dalam Menumbuhkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*. Jakarta: Ruhama, 1993.
- Kuhn, Thomas. *The Structure of Scientific Revolution*. Chicago: The University of Chicago Press, 1970.

- Langgulong, Hasan. *Teori-teori Kesehatan Mental, Perbandingan Psikologi Modern dan Pendidikan pakar-pakar Pendidikan Islam*. Kajang Selangor: Pustaka Huda. 1983.
- Langgulong, Hasan. *Beberapa Pemikiran Tentang Pendidikan Islam*. Bandung: al-Ma'arif, 1980.
- Madjid, Nurcholis. *Islam Doktrin dan Peradaban; Sebuah Telaah Kritis Tentang masalah* Madjid, Nurcholis. *Islam Kemodernan dan keindonesiaan*. Bandung: Mizan, 1988.
- Moniuddin. *The Book of Sufi Healing*. New York: Inner Traditions Internsional, Ltd., 1985.
- Munawar, budi. "Arah Baru Dalam Psikologi." *Ulum al-aQur'an*. 4 (1994): 5.
- Nasution, Harun. *Filsafat Dan Mistisisme Dalam Islam*. Cet II. Jakarta: Bulan Bintang, 1978.
- Nasution, Harun. "Filsafat Islam" dalam *Kontekstualisasi Doktrin Islam Dalam Sejarah*. Jakarta: Paramadina, 1995: 147-159.
- Nashr, Sayyid Husein. "Sufism and Integration of Man." dalam *God and Man in Comtemporary Islamic Thought*. Birut: American University of Beirut Continental Publication, 1972: 92-112.
- Nashori, Fuat. "Psikologi islami: Sebuah Persfektif." dalam *membangun Paradigma Psikologi Islami*. Yogyakarta: Sipress, 1994: 91-101.
- Quaseem. *Etika Dalam Islam*. Bandung: Pustaka Hidayah. 1988.
- Sarwono, Sarlito Wirawan. *Berkenalan Dengan Aliran-aliran dan Tokoh-tokoh Psikologi*. Jakarta: Bulan Bintang, 1978.
- Sukanto dan Dardiri Hasyim. *Nafsiologi: Refleksi Analisis Tentang Diri dan Tingkah laku Manusia*. Surabaya: Risalah Gusti, 1995.
- Subandi. "Psikologi Islami Dan Sufisme" dalam *Membangun Paradigma Psikologi Islam*. Yogyakarta: Sipress, 1994: 103-114.
- Shafi'i, *Freedom From The Self: Sufisme, Meditation and Psychotherapy*. New York: Human Sciences, 1985.
- Samak, Muhammad Salih. *Ilmu Pendidikan Islam*. ter. Wan Ammah dkk. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka Malaysia, 1983.
- Turmudhi, Audith M. Kemungkinan Membangun Psikologi Qur'ani." dalam *Membangun Paradigma Psikologi Islami*. Yogyakarta: Sipress, 1994: 11-16.
- Vaglieri, Laura Vevria. *Apologi Islam*. terj. Ahmad Daudi. Jakarta: Bulan Bintang, 1983.